VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

Верховая езда

МОЙРА С. ХАРРИС
ЛИЗ КЛЕГГ



ТЕХНИКА ЕЗДЫ • СОРЕВНОВАНИЯ
СНАРЯЖЕНИЕ • УХОД • КОННЫЕ ПРОГУЛКИ



ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

Верховая езда

Мойра С. Харрис
Лиз Клегг

Москва
АСТ
Астрель



A Dorling Kindersley Book
LONDON, NEW YORK,
MUNICH, MELBOURNE, DELHI

Редактор проекта Ричард Гилберт
Художественный редактор проекта Марк Кавана
Ведущий редактор Стефани Фарроу
Ведущий художественный редактор Ли Гриффитс
Художественный редактор Брин Уоллз
Выпускающий редактор Джонатан Меткаф
Дизайнер Вания Куна
Контролер производства Хитер Хьюз

Обработка фотографий Кит Хоутон и Боб Лангриш

Перевод с английского И. М. Песковой
Научный редактор русского издания *С. Л. Баскина*

Зав. редакцией *Е. М. Иванова*
Редактор *П. М. Волцит*
Технический редактор *Н. И. Духанина*
Компьютерная верстка *З. Ш. Полосухиной*

Впервые опубликовано в Великобритании в 2006 г. издательством Dorling Kindersley Limited, 80 Strand, London WC2R ORL, A Penguin Company
Оригинальное название: «DK Companion Guides Horse Riding»

Все права защищены. Ни эта книга, ни ее часть не могут быть воспроизведены ни в какой форме, включая электронное и фотокопирование, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Copyright © 2006 Dorling Kindersley Limited
Text copyright © 2006 Dorling Kindersley Limited
© ООО «Издательство Астрель», перевод с англ. яз., 2007

Санитарно-эпидемиологическое заключение
77.99.02.953.Д.003857.05.06 от 05.05.2006 г.
Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2
953004 - литература научная и производственная

ООО «Издательство Астрель»
129085, г. Москва, проезд Ольминского, д. 3а

ООО «Издательство АСТ»
170002, РФ, Тверская обл., г. Тверь, пр-т Чайковского, д. 27/32

Наши электронные адреса: www.ast.ru E-mail: astpub@aha.ru

ISBN 978-5-17-044046-7 (ООО «Издательство АСТ»)
ISBN 978-5-271-16909-0 (ООО «Издательство Астрель»)
ISBN-13: 978-1-40531-293-6 (англ.)
ISBN-10: 1-4053-1293-9 (англ.)

Посетите полный каталог книг на сайте:
www.dk.com



Введение 10

Часть Первая
ИСТОРИЯ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

История снаряжения 16
Происхождение стилей 22

Глава Вторая
ПОНИМАНИЕ ЛОШАДИ

Стати лошади 26
Лошади в дикой природе 28
Природа лошади 30
Мыслящие лошади 32
Органы чувств лошади 34
Язык тела лошади 36
Аллюры 38
Поведение рядом с лошадью 40

Глава Третья
СНАРЯЖЕНИЕ

Английское снаряжение 46
Снаряжение для вестерна 70



СОДЕРЖАНИЕ

Глава Четвёртая

УХОД ЗА ЛОШАДЬЮ

Потребности лошади *84*

Вождение в поводу *86*

Чистка *88*

Уход за копытами *90*

После работы *92*

Надевание попоны *94*

Первая помощь *96*

Кормление *98*

Часть Пятая

УЧИМСЯ ЕЗДИТЬ ВЕРХОМ

Начальное обучение *102*

Виды верховой езды *104*

Школы и тренеры *108*

Равновесие *110*

Движение вместе с лошадью *112*

Быть гибкими *116*

Поддерживаем форму *118*

Падения *120*

Часть Шестая

АНГЛИЙСКИЙ СТИЛЬ

Первые уроки *126*

Четыре аллюра *140*

В манеже *160*

Препятствия *184*

Езда в поле *200*

Часть Седьмая

СТИЛЬ ВЕСТЕРН

Первые уроки *216*

Дальнейшее обучение *232*

Рейнинг *244*

Часть Восьмая

СОРЕВНОВАНИЯ

Начальный этап *260*

Подготовка к соревнованиям *262*

Мытьё лошади *264*

Плетение косичек *266*

Уход за лошадью в вестерне *268*

Поездка на соревнования *270*

Английские дисциплины *272*

Дисциплины вестерна *290*

Часть Девятая

ПРОГУЛКИ И ПУТЕШЕСТВИЯ

Прогулки и отдых *308*

Конные клубы *310*

Спонсорские пробеги *311*

Курсы верховой езды *312*

Пансион *313*

Гостевые ранчо *314*

Рабочие ранчо *315*

Конный туризм *316*

Словарь терминов *332*

Полезные адреса и сайты *336*

Указатель *338*

Благодарности *344*

«НЕТ В МИРЕ БОЛЬШЕЙ ТАЙНЫ,

ЧЕМ МЕЖДУ ЛОШАДЬЮ

И ВСАДНИКОМ».

Р. С. Сёртис, спортивный журналист
(1804–1864)

КАЖДЫЙ, КТО КОГДА-ЛИБО СИДЕЛ В СЕДЛЕ, РАССКАЖЕТ, ЧТО ПОСЛЕ ПЕРВОГО УРОКА ОН ОЩУЩАЛ БОЛЬ И НАПРЯЖЕНИЕ ВО ВСЕМ ТЕЛЕ. НО ЛЮБОЙ ДИСКОМФОРТ ВСКОРЕ ПРОХОДИТ, СМЕНЯЯСЬ ДОЛГОЙ РАДОСТЬЮ НОВЫХ ОТКРЫТИЙ.

Езда верхом – это работа потруднее кручения педалей велосипеда. При этом работают другие группы мышц, но главное – это движение в гармонии с живым существом. Во время езды лошадь и всадник общаются, хотя и преимущественно беззвучно. Всадники замечают, что ежедневные заботы теряют свою значимость: разум концентрируется на настоящем моменте. С мышечной болью – которая пройдет с появлением опыта – приходит понимание, что ездить верхом – это больше, чем быть просто пассажиром, это, значит, быть активным участником деятельности, приятной и человеку, и лошади.

Независимо от того, что именно вас интересует: всего лишь уметь держаться в седле во время воскресной прогулки или выступить на соревнованиях по троеборью в следующем году, эта книга будет для вас ценным источником знаний. Здесь дана полная информация об основах верховой езды, но все же одна книга не должна быть для вас единственным учителем. Книга задумывалась как дополнение к урокам правильной верховой езды и ухода за лошадью, и ее цель – дать представление о том, чего ожидать, к чему стремиться, а также дать дополнительную информацию для самостоятельных занятий. Она, кроме того, объясняет, почему так много людей увлечены лошадьми – даже в современном высокоскоростном мире техники.

КОННЫЙ ТУРИЗМ В НОВОЙ ЗЕЛАНДИИ

Побережье южной части Тихого океана – прекрасное место для спокойной прогулки шагом или стремительного галопа вдоль прибоя.

Существует много причин, почему лошадь притягивает людей. Взгляните на лошадь – можете ли вы отрицать ее привлекательность? Ее сила, красота, ум и послушный характер обеспечивают особое взаимодействие с людьми. Ни одно другое создание не впечатляет так своими размерами и скоростью, и одновременно своим умом и послушностью.

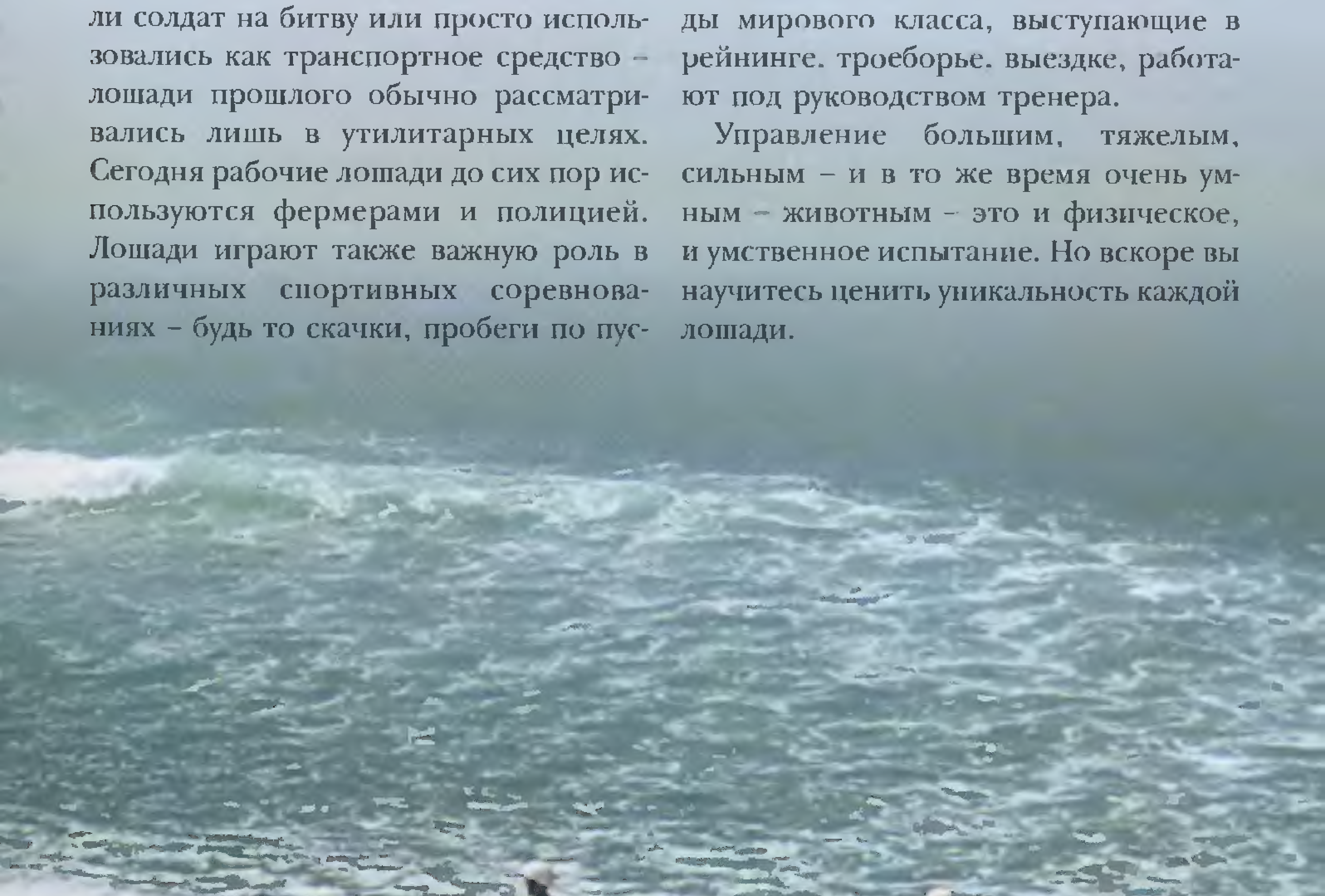
Ни одно другое создание не впечатляет так своими размерами и скоростью, и одновременно своим умом и послушностью.

ВЫПОЛНЯЯ МНОГО ФУНКЦИЙ

Исторически лошадей тренировали для безропотной службы людям. Когда мы использовали их силу и кротость для возделывания полей, когда они везли солдат на битву или просто использовались как транспортное средство – лошади прошлого обычно рассматривались лишь в утилитарных целях. Сегодня рабочие лошади до сих пор используются фермерами и полицией. Лошади играют также важную роль в различных спортивных соревнованиях – будь то скачки, пробеги по пустыне или преодоление препятствий олимпийского паркура. Для тех, кто проводит досуг в седле, лошадь дает возможность сбежать от рабочей суеты, является партнером для захватывающих тренировок и служит верным другом и компаньоном.

Мы можем спорить о различных способах верховой езды, но и мужчины, и женщины согласятся, что верховая езда – нелегкий труд. Немногим посчастливилось родиться «всадниками от природы», большинство же людей становятся, а не рождаются всадниками. Некоторые посвящают жизнь улучшению своего мастерства, и даже звезды мирового класса, выступающие в рейнинге. троеборье. выездке, работают под руководством тренера.

Управление большим, тяжелым, сильным – и в то же время очень умным – животным – это и физическое, и умственное испытание. Но вскоре вы научитесь ценить уникальность каждой лошади.





СОВЕТЫ И ИНФОРМАЦИЯ

Всякий человек, любящий лошадей и думающий о занятиях верховой ездой, – даже если его интересует только возможность ездить по выходным – только приобретет, если узнает больше о лошади и основных методах верховой езды. Выбор подходящей одежды и снаряжения очень важен для обеспечения безопасности всадника и удобства нахождения в седле, а знания о поведе-

В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Ездить верхом можно в любое время года. Этот крепкий гафлингер комфортно чувствует себя в снегу благодаря густой зимней шерсти.

ПРОГУЛКИ С ДРУЗЬЯМИ

Верховая езда - всегда удовольствие, будь то отпуск в седле или просто прогулка с друзьями.

нии позволят лучше понять лошадь и управлять ею.

Новичкам полезно обучиться уходу за лошадью и правилам седловки. Эти навыки пригодятся для всех видов конного досуга: конного туризма, конных лагерей или каникул на ранчо.

Безопасность при обращении с лошадью всегда должна быть предметом особой важности. Хорошие всадники никогда не забывают, что конный спорт – опасный. Вероятность несчастного случая всегда сохраняется, но следует принимать меры, чтобы их предотвратить, защищая здоровье и счастье и всадника, и лошади.

ЭТО КАСАЕТСЯ ВСЕХ

Всадники, начинающие серьезно заниматься верховой ездой, вскоре понимают, что им необходимы обширные знания о седлах и другом снаряжении и о том, как оно может увеличить работоспособность лошади.

Существует множество дисциплин конного спорта, например езда в стиле вестерн, выездка, конкур, троеборье. Независимо от вашего выбора, существует масса способов улучшить умение ездить верхом, воздействовать на лошадь и развить ее аллюры. Умение выполнять сложные манежные фигуры и схемы в манеже, прыгать через препятствия во время верховых прогулок или проходить туристический маршрут дается практикой, опытом и терпением.

Заинтересованные всадники стремятся получить знания и в других областях. Тем, кто хочет участвовать в соревнованиях, предстоит узнать, как оттачивать мастерство и о психологических аспектах при подготовке к выступлению. Чтобы побеждать в соревнованиях, требуется длительная работа в постижении искусства верховой езды.

Верховая езда – захватывающее увлечение. Многие думают, что оно подходит только детям – поскольку многие дети мечтают о лошади. Некоторым детям везет – они растут вместе с лошадью, но таких мало. Верховой ездой можно наслаждаться в любом возрасте, и никогда не поздно осуществить свою мечту – мчаться галопом по берегу моря или навстречу закату на прекрасной, сильной лошади.



ИСТОРИЯ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ





ИСТОРИЯ СНАРЯЖЕНИЯ

Древняя лошадь достигала 110–120 см в холке и была объектом охоты кроманьонцев. Быстрая и подвижная, она была при этом одним из самых красивых и добрых животных своей эпохи. Возможно, именно поэтому лошадь постепенно стала большим, чем просто источник пищи.

ОДОМАШНИВАНИЕ

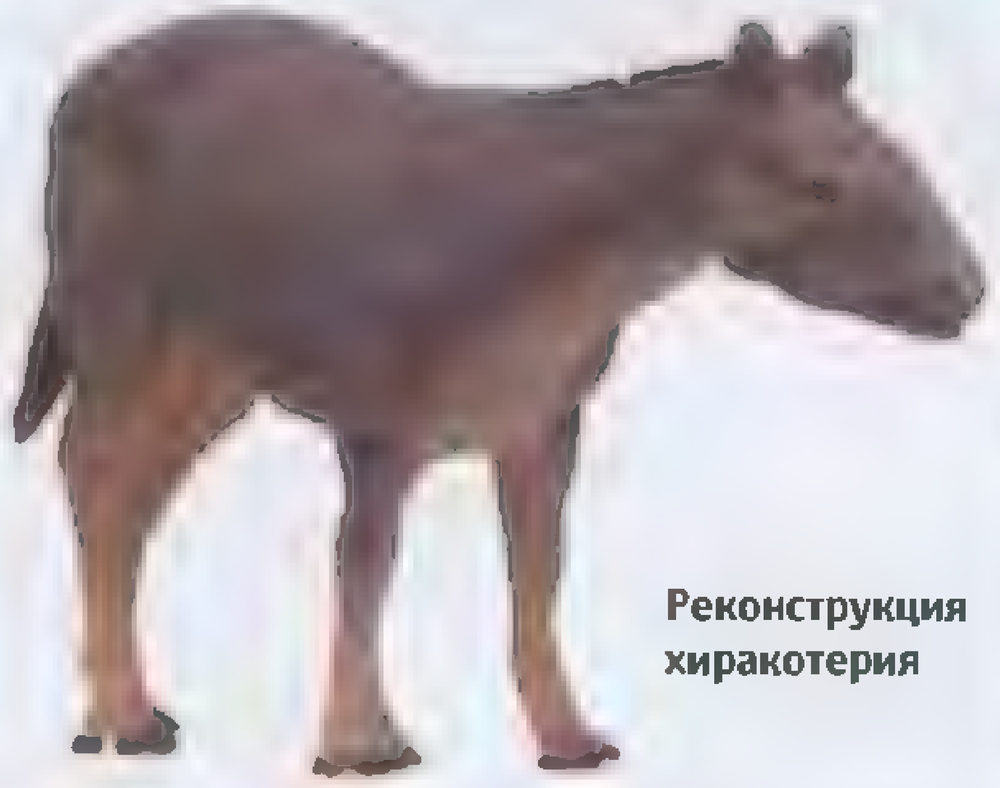
В неолите, около 10–15 тысяч лет назад, в Евразии древний человек перешел от охоты и собирательства к сельскому хозяйству и разведению животных на мясо. Известно, что люди того времени одомашнили несколько видов животных и даже содержали их как домашних любимцев. Одомашнивание лошадей (ок. 6000 лет назад), возможно, упростило уход за ними как за мясными животными, но их спокойный нрав помог эволюции человека – вскоре он обнаружил, что этих животных можно использовать для работы.

Лошадь приобрела особую ценность, когда человек обнаружил, что контролировать табун намного проще, сидя верхом. Человек неожиданно получил возможность по-новому взглянуть на мир.

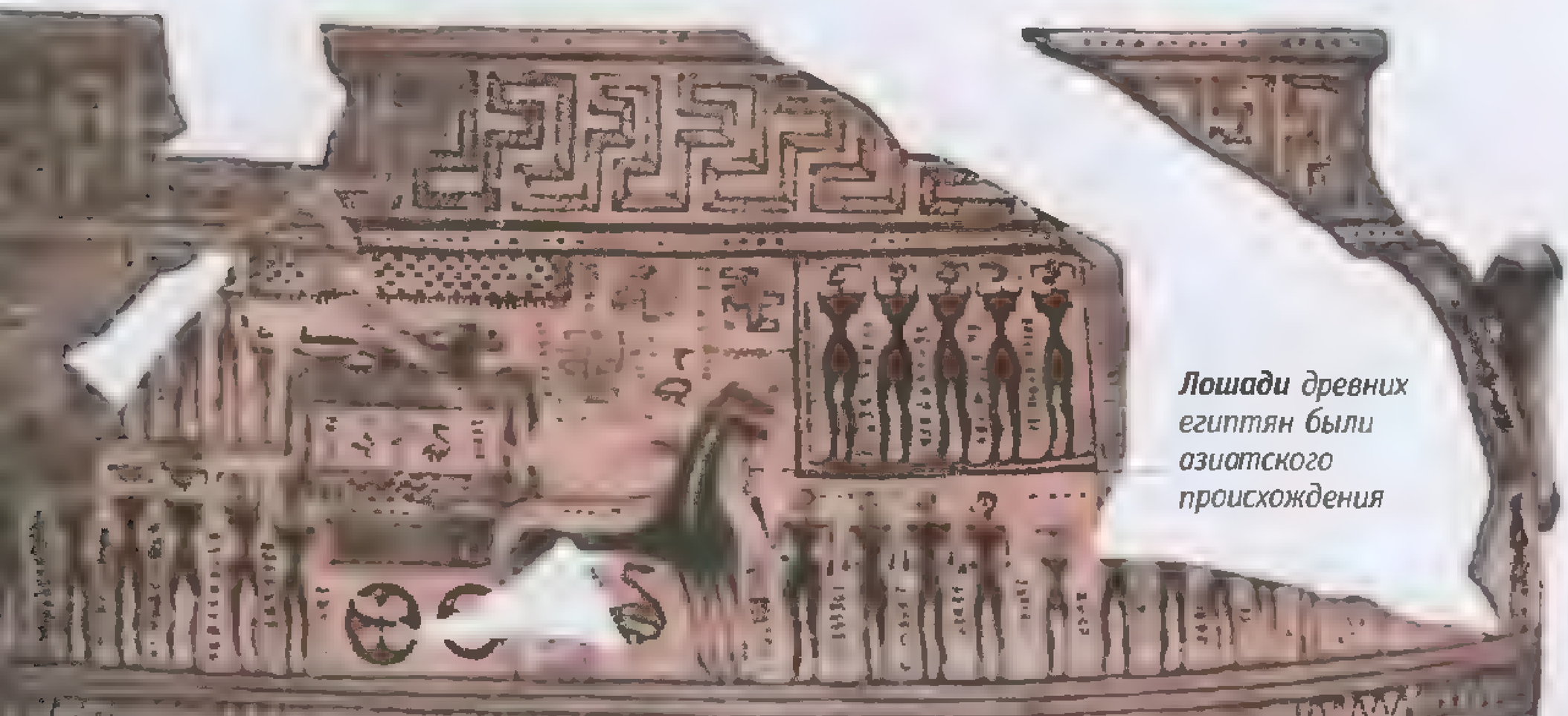
ЭТО ИНТЕРЕСНО

ПЕРВАЯ ЛОШАДЬ

Хиракотерий (*Hyracotherium*) более известен как эогиппус (*Eohippus*) – от греч. «эос» – заря и «гиппос» – лошадь. Это животное размером с собаку жило в эоцене (55–45 млн лет назад). Его далеким потомком стала домашняя лошадь (*Equus caballus*).



Реконструкция хиракотерия



***Лошади** древних египтян были азиатского происхождения*

***Большинство** лошадей этого времени используются в качестве упряжных, а не верховых*

РАННЕЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ

Этот фрагмент египетского горшка изображает лошадей, запряженных в колесницы и повозки.



АРАМЕЙСКИЙ ВСАДНИК

Лошадь приобрела особую важность для армий Ближнего Востока. На каменном барельефе изображен арамейский всадник 9 века до н. э..

ДРЕВНЯЯ УПРЯЖЬ

Древние всадники не отдавали лошадям словесных команд, но лошадь они контролировали. Археологические находки показывают, что первые всадники обнаружили: если они смогут управлять передней частью лошади, то и задняя часть будет под контролем. В раскопках вокруг Черного моря найдены первые уздечки – сухожилие вокруг носа лошади или сыромятная петля вокруг нижней челюсти.

Как только человек научился управлять лошадью, перед ним открылись новые горизонты, и цивилизации мигрировали на юг, в район «плодородного полумесяца» на Ближнем Востоке. К середине второго тысячелетия лошадей запрягали в Греции, Египте, Месопотамии и Китае. На Ближнем Востоке также ездили верхом. Искусство верховой езды приобрело особую важность, поскольку оно было востребовано на войне и на охоте.

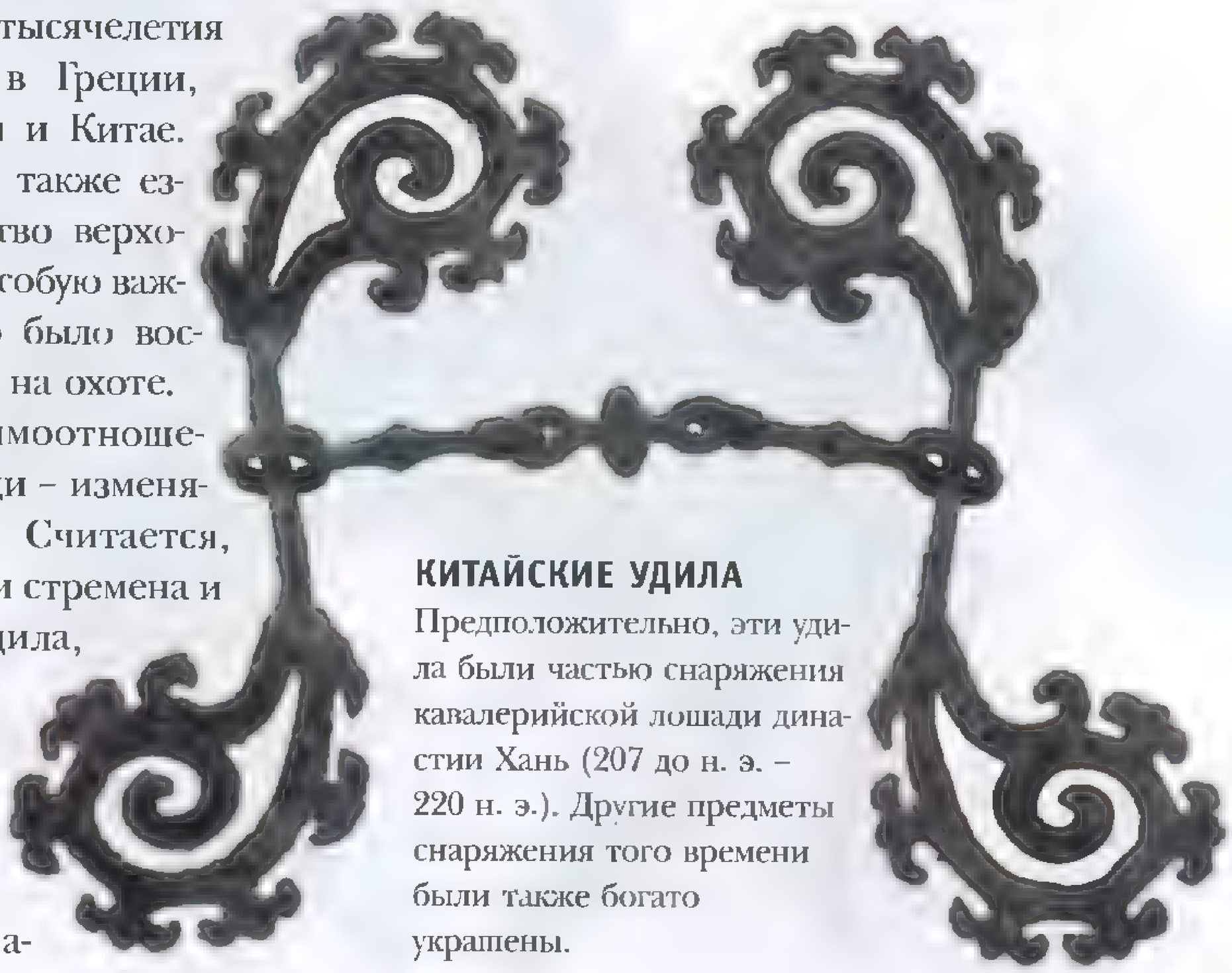
Изменялись взаимоотношения человека и лошади – изменялось и снаряжение. Считается, что китайцы изобрели стремена и подковы. Первые удила, найденные на Ближнем Востоке, датируются 1500 г. до н. э.

Лошадь была символом богатства и власти. Богато украшенные колесницы правителей показывали благосостояние и величие. Украшали также и лошадей – от простых султанов из перьев на головах до искусных бронзовых украшений на предметах снаряжения. Лошадь быстро стала символом социального статуса.

ЛОШАДЬ В ДРЕВНИХ ВОЙНАХ

Примерно с 1500 г. до н. э. лошадь стала использоваться на войне. От Ближнего Востока до Средиземноморья выносливость и сила лошади использовались для покорения народов. Искусство верховой езды у воинственных народов вышло на новый уровень.

В то время существовали великие империи египтян и хеттов. Клинопись, датируемая 1345 г. до н. э. описывает, как хеттский всадник по имени Киккули отбирал и тренировал лошадей для войны. Он подробно описывает, как отбирал лошадей без пороков дыхательной системы. Он даже приводит рационы с точными мерами овса, ячменя, сена, соломы и соли. Киккули прекрасно понимал физиологию и психологию лошадей, и его методы актуальны до сих пор.



КИТАЙСКИЕ УДИЛА

Предположительно, эти удила были частью снаряжения кавалерийской лошади династии Хань (207 до н. э. – 220 н. э.). Другие предметы снаряжения того времени были также богато украшены.

РАЗВИТИЕ ПОРОД

Как и у других домашних животных, как только человек стал постигать науку коневодства, у лошадей стали развиваться различные типы и породы. Климат, типы почв и топография, рабочие задачи наложили отпечаток на возникающие породы лошадей в разных уголках земного шара.

В IV–V вв. н. э. азиатские племена, завоевавшие Западную Азию на своих степных лошадях, познакомили местные народы со своими горячими арабскими лошадьми. Эти создания обладали невероятной выносливостью на длинных дистанциях в условиях пустыни, скоростью и подвижностью, которые сочетались с красотой и чувствительностью. Их называли горячими, что отражало их происхождение, а также интеллект и характер.



ТАРПАН

Возможно, именно тарпан и его потомок, арабская лошадь, определили облик головы современной лошади. Тарпан жил в полупустынях Европы и Азии

В Средневековье с ростом европейских поселений возникла необходимость в крупной, мощной лошади, способной нести рыцаря в полном вооружении и доспехах. Из-за крупных размеров для разведения отбирались только добронравные лошади. Происходя из холодных областей Европы, тяжелая холоднокровная упряжная лошадь стала спокойным гигантом, боевым другом рыцаря.

К XV в. кавалерия стала легкой и более быстрой, доспехи всадников стали весить меньше, и в Европе начали разводить более подвижных кавалерийских лошадей меньшего размера.

СОВРЕМЕННЫЕ ПОРОДЫ

«Тяжелые» лошади, или тяжеловозы, – продукт холодного климата, суровых условий и тяжелой работы, которая тре-

***Разноцветная** украшенная попона закрывало лошадь*

***Кольчуга** защищала тело всадника*

бовала силы в сочетании с исполнительностью. «Легкие» лошади (верховые, легкоупряжные и универсальные) выводились ради скорости, выносливости, подвижности и красоты. Пони – крепкие создания с высоким интеллектом и устойчивостью – выводились для использования под седлом и в упряжи.

Конечно, существует множество промежуточных пород и типов лошадей. В мире около 400 пород, хотя многие из них весьма редки. Среди последних – туркменский ахалтекинец с металлическим блеском шерсти, лошадь пустыни Намиб, живущая в самых суровых условиях Намибии, австрийский норикер, тяжеловоз чубарой масти, американская кудрявая лошадь с волнистой шерстью, которая считается гипоаллергенной, и фалабелла из Аргентины, высотой в холке не более 75 см.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ПОСАДКА АМАЗОНКИ

До Средневековья женщины не ездили верхом. Сидеть в седле считалось неженственным и вульгарным, да в одежде того времени зто было и невозможно. Так возникла идея посадки амазонки, когда ноги женщины находятся с одной стороны лошади. Всадница сидела боком, а лошадь вел слуга. В 1580 г. Екатерина Медичи изобрела более безопасное седло с дополнительной передней лукой, под которой располагалась нога всадницы. 250 лет спустя Шарль Пеллье усовершенствовал дополнительную переднюю луку, придав ей изгиб над бедром всадницы, что позволило дамам ездить смелее и даже участвовать в охотах



Дамская посадка

ВООРУЖЁННЫЕ РЫЦАРИ

В средние века рыцарские турниры были и развлечением, и военными учениями. На фото – реконструкция.



***Металлический** шлем закрывал голову и лицо и спускался до плеч*

***Пика** с тупым концом использовалась, чтобы выбить соперника из седла и продолжить бой на земле*

***Развевающийся** плащ надевался поверх лат.*

РАЗВЕДЕНИЕ ЛОШАДЕЙ

Письменные источники фиксируют обычай устраивать скачки практически у всех крупных цивилизаций. Некоторые документы свидетельствуют, что кочевые племена Центральной Азии могли устраивать скачки еще в 4500 г. до н. э. К 638 г. до н. э. древние греки включили состязания колесниц в Олимпийские игры. В XII в. английские рыцари возвратились из крестовых походов с некрупными горячими лошадьми из Северной Африки. К XVII в. скачки стали популярны у английской знати, в это время они получили название «спорт королей». Карл II, зная, что африканские лошади могут улучшить поголовье, начал скрещивать их с английскими невысокими местными лошадьми. Потомство отличалось скоростью и выносливостью. Лошади участвовали в частных скачках, на которых аристократическая публика заключала пари.

Все линии чистокровной верховой породы восходят к восточным жеребцам, введенным в Англию после 1662 г. Клички трех из них (Дарлей Арабиан, Байерли Тёрк и Годольфин Барб, или Годольфин Арабиан) встречаются в родословной каждого чистокровного скакуна.



БАЙЕРЛИ ТЁРК

Этот известный портрет кисти Джона Вутона изображает темно-гнедого жеребца с ярко выраженными чертами восточной лошади.

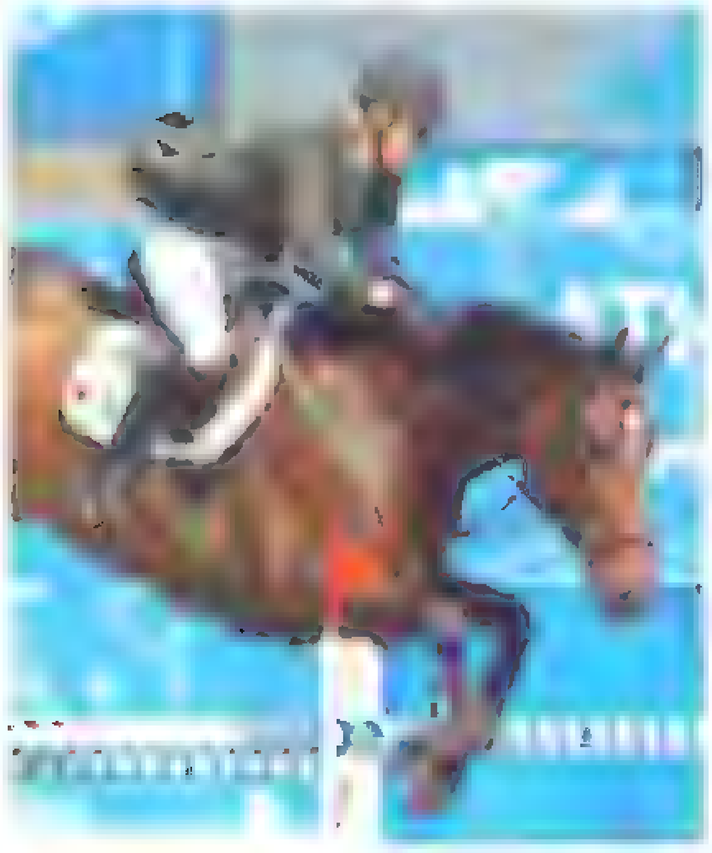
ЛОШАДИ НА СОВРЕМЕННЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ

НАЧАЛО

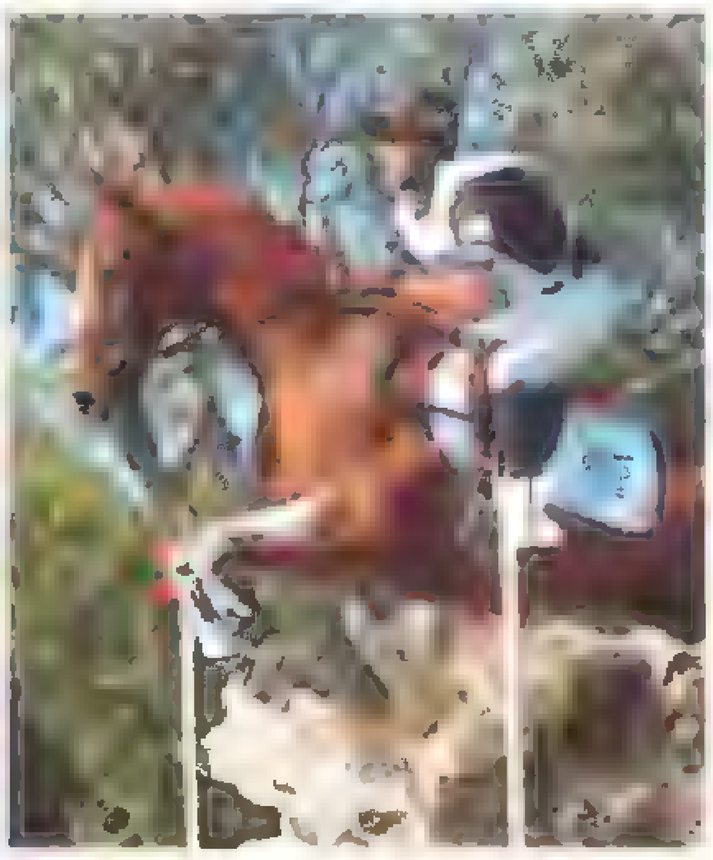
В 1896 г. в Афинах возобновились Олимпийские игры, но на первых четырех олимпиадах не было конных состязаний. В Париже в 1900 г. конники в первый и последний раз участвовали в двух дисциплинах – прыжках в длину и на мощность (в высоту). В 1906 г. было предложено включить конный спорт в программу Олимпийских игр, и первые соревнования состоялись в Стокгольме в 1912 г. Классические, или олимпийские, виды конного спорта включают индивидуальный зачет в выездке, командный зачет в троеборье и командный и личный зачет в конкуре, каждая страна представлена командой из 6 всадников. Сейчас Международный олимпийский комитет рассматривает возможность включения в программу Олимпийских игр пробегов и рейнинга.

ВКЛЮЧЕНИЯ И ИСКЛЮЧЕНИЯ

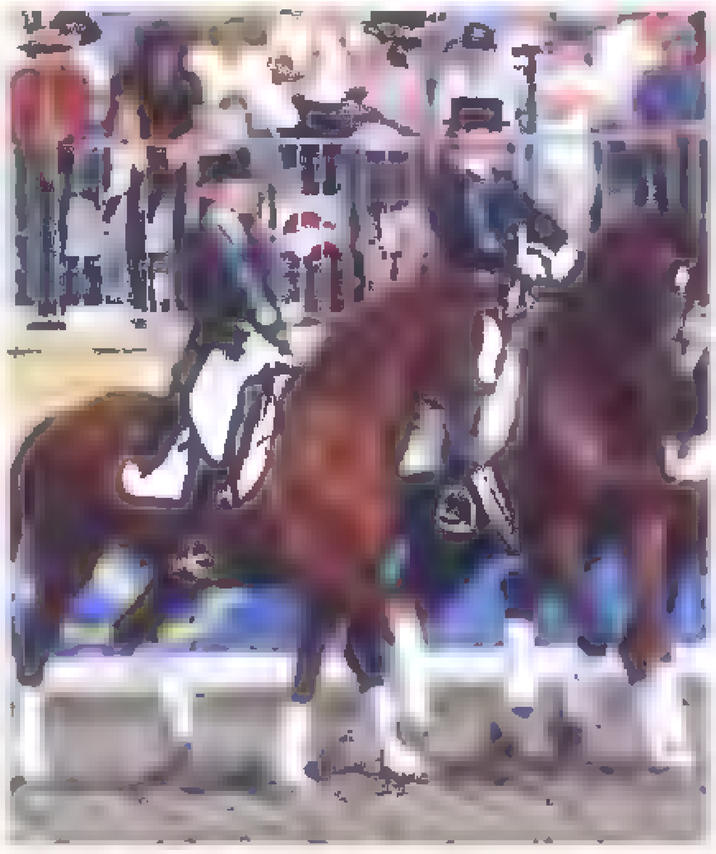
Когда конный спорт был включен в программу Олимпийских игр, только кадровые офицеры могли принимать участие в троеборье, и лишь небольшое число гражданских лиц соревновалось в конкуре и выездке. После Второй мировой войны к участию в Играх стали допускать лиц, не служивших в армии, и мужчины и женщины стали соревноваться в одних и тех же дисциплинах. Конный спорт – единственный олимпийский вид спорта, где мужчины и женщины соревнуются на равных.



Джессика Кюртен, конкур, 2004



Блис Тэйт, троеборье, 2004



Команда Германии, выездка, 2000



МОГОЛЫ ИГРАЮТ В ПОЛО

На полях Китая и Персии кочевые завоеватели играли в поло более 2000 лет назад. Оно считалось полезным для тренировки воинов.

ОРГАНИЗОВАННЫЕ СКАЧКИ

В эпоху королевы Анны (1702–1714) скачки в Англии стали более организованными: несколько всадников проходили определенный маршрут перед зрителями. По всей стране стали строиться ипподромы, включая Аскот, поместье королевы Анны неподалеку от Виндзорского замка, где ипподром был открыт в 1711 г. Селекционная программа также стала более организованной, и возникла чистокровная лошадь (англ. Thoroughbred – «правильно выведенная»), выведенная специально для скачек. В США скачки чистокровных верховых лошадей очень популярны, но в некоторых штатах в гладких скачках испытывают также квотерхорсов, аппалузу и арабских лошадей.

НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Скачки были первым, но не единственным видом конного спорта. С изобретением в 1710 г. парового двигателя стало меняться наше отношение к лошади – от рабочего животного к компаньону.

Многие древние конноспортивные состязания имели военную направленность. Военные разновидности конного поло были известны во время правления персидского царя Дария (ок. 500 г. до н. э.). На Западе поло впервые появилось в 1869 г., когда британские офицеры привезли эту игру из Индии.

Выездка означает «обучение, воспитание, дрессировка», изначально она была изобретена для действий на поле боя. Высшая школа (*haute école*), появившаяся в эпоху Ренессанса, была высшей формой выездки, лошадей обучали выполнять прыжки, фигуры и движения, которые могли пригодиться во время битвы.

Конкур (преодоление препятствий) берет начало в конной охоте на лис, которая включала прыжки через изгороди и стенки в погоне за добычей. Первые соревнования были организованы Королевским Дублинским Обществом в Ирландии в середине 1800-х гг.

Езда в экипажах берет начало от древнеримских состязаний колесниц. Сегодня существуют соревнования различных экипажей. Соревнования четвериков (четверка лошадей в 4-колесном экипаже) – кульминация Калгари Стэмпид – главного канадского родео. Современные соревнования по драйвингу (1, 2 или более лошадей или пони в экипаже) смоделированы по образцу классического троеборья. Они были впервые проведены в 1968 г., правила были сформулированы британским принцем Филиппом.

ПРОИСХОЖДЕНИЕ СТИЛЕЙ

Первоначально верховая езда не была искусством, и от всадника требовалось лишь умение удержаться на лошади и использовать элементарные средства управления, но вскоре верховая езда усложнилась. С возрастанием многообразия использования лошади в мире в разных частях света возникли различные стили верховой езды.

АНГЛИЙСКИЙ СТИЛЬ

Стиль, называемый английским, или континентальным, – универсален, его легко адаптировать к различным ситуациям: от верховой прогулки до серьезных соревнований. Современные методы возникли из смеси методов и приемов старой кавалерии и охоты с выездкой и классическим искусством верховой езды *haute école,* последователями которой являются, например, всемирно известная Испанская школа верховой езды в Вене и ее липпицианские лошади.



ЛИППИЦИАН
Выполняя каприоль, лошадь высоко подпрыгивает и в высшей точке прыжка отбивает задними ногами.

Это слияние также иллюстрирует пример Кадр Нуар – элитного кавалерийского подразделения, базирующегося в Национальной школе верховой езды в Сомюре, во Франции. Широко известны их показательные выступления по выездке; оттуда вышли некоторые французские спортсмены мирового уровня.

Исторически сложилось, что в Британии выездке уделяли меньше внимания, предпочитая браваду охоты и рыцарских турниров. Но король Генрих VIII пригласил обученного в Италии тренера в Хэмптон-Корт. А Уильям Кавендиш, впоследствии награжденный Карлом I в 1628 г. титулом маркиза Ньюкасла, был влиятельным специалистом по верховой езде, после изгнания из Англии Кромвелем организовавший академию верховой езды в Антверпене.

АТАКА ЛЕГКОЙ КАВАЛЕРИИ
Кавалеристы играли большую роль в Крымской войне (1853–1856). Непродуманная «Атака легкой кавалерии», вдохновлявшая поэтов и художников, привела к большим потерям лошадей и людей.



КОВБОЙ И КОРОВЫ

«Чувство коровы», способность понимать и «говорить» на языке тела коровы, высоко ценится у пастушеской лошади



После Первой мировой войны роль лошади на войне уменьшилась, и возросла роль верховой езды как формы досуга. Искусство высокоопытных кавалеристов постепенно умирало, и вскоре стала очевидной огромная потребность в специалистах по верховой езде и уходу за лошадьми. Имидж военного, связанный с верховой ездой, объясняется тем, что в Британии до 1950-х годов верховой езде обучали преимущественно кавалерийские школы. Множество отставных инструкторов-кавалеристов оказало влияние на формирование современного английского стиля.

ЕЗДА В СТИЛЕ ВЕСТЕРН

Когда испанские конкистадоры причалили к берегам Нового Света в 1500-х гг., они привезли с собой боевых иберийских коней. Через десятилетия, обосновавшись в Центральной и Южной Америке, они сменили доспехи и оружие на снаряжение, одежду и стиль езды, более подходящие к нуждам *вакеро* (пастухов). От модифицированных *бота* (ботинок), сходных с современными ковбойскими ботинками, до широкополой шляпы – влияние испанских и мексиканских фермеров ощущалось по всей Америке в течение двух веков.

Когда белые колонисты в Северной Америке двинулись на запад в 1700-х гг. – на территории современных Техаса, Аризоны, Нью-Мексико, Колорадо и Калифорнии – они с большим интересом наблюдали за *вакеро*. Их лошади точно реагировали на минимальное воздействие всадника и имели развитое «чувство коровы». После войны 1848 г. американцы начали заимствовать фермерскую культуру испанцев. Эти американские фермеры и были первыми ковбоями.

К 1850-м гг. начался процесс отбора лошадей с плавными аллюрами. Лошадь должна быть приятна в езде – тряская рысь или слишком стремительный галоп не приветствовались. Высоко ценили и затем отбирали и разводили в качестве пастушьих тех лошадей, которые имели медленную мягкую рысь и легкий неспешный галоп. Американские породы квотерхорс (четвертьмильная), аппалуза и пинто (пэйнт) – идеальные пастушьи лошади.



ПОНИМАНИЕ ЛОШАДИ

СТАТИ ЛОШАДИ

Внешний вид лошади в связи с ее работоспособностью называется «экстерьером». Экстерьер лошади определяет, может ли она выполнить то, о чем просит человек. Как и люди, лошади с различным строением лучше приспособлены для определенной работы.

КЛЮЧЕВЫЕ ЧЕРТЫ

Голова лошади должна быть пропорциональна телу и сидеть на изящной изогнутой шее, переходящей в косые мощные лопатки. Если у лошади узкий ганаш, возникнут проблемы при работе в сборе.

Ширина туловища зависит от породы. У лошади должны быть подвижные ребра для обеспечения оптимальной емкости легких, круп не выше холки, чтобы лошадь могла переносить вес назад, широкая и глубокая грудь. Линия верха – от шеи через спину до мускулов задней части – подобна подвесному мосту: большая часть веса лошади подвешена между «столбами» передних и задних ног.

Ноги очень важны для благополучия лошади. Любое повреждение ног может означать не только конец карьеры, но и представлять угрозу жизни. Ниже запястных и скакательных суставов нет мышц, но есть сложные структуры из сухожилий и связок. Лошадь имеет особый механизм, «запирающий» суставы, и поэтому может спать стоя.



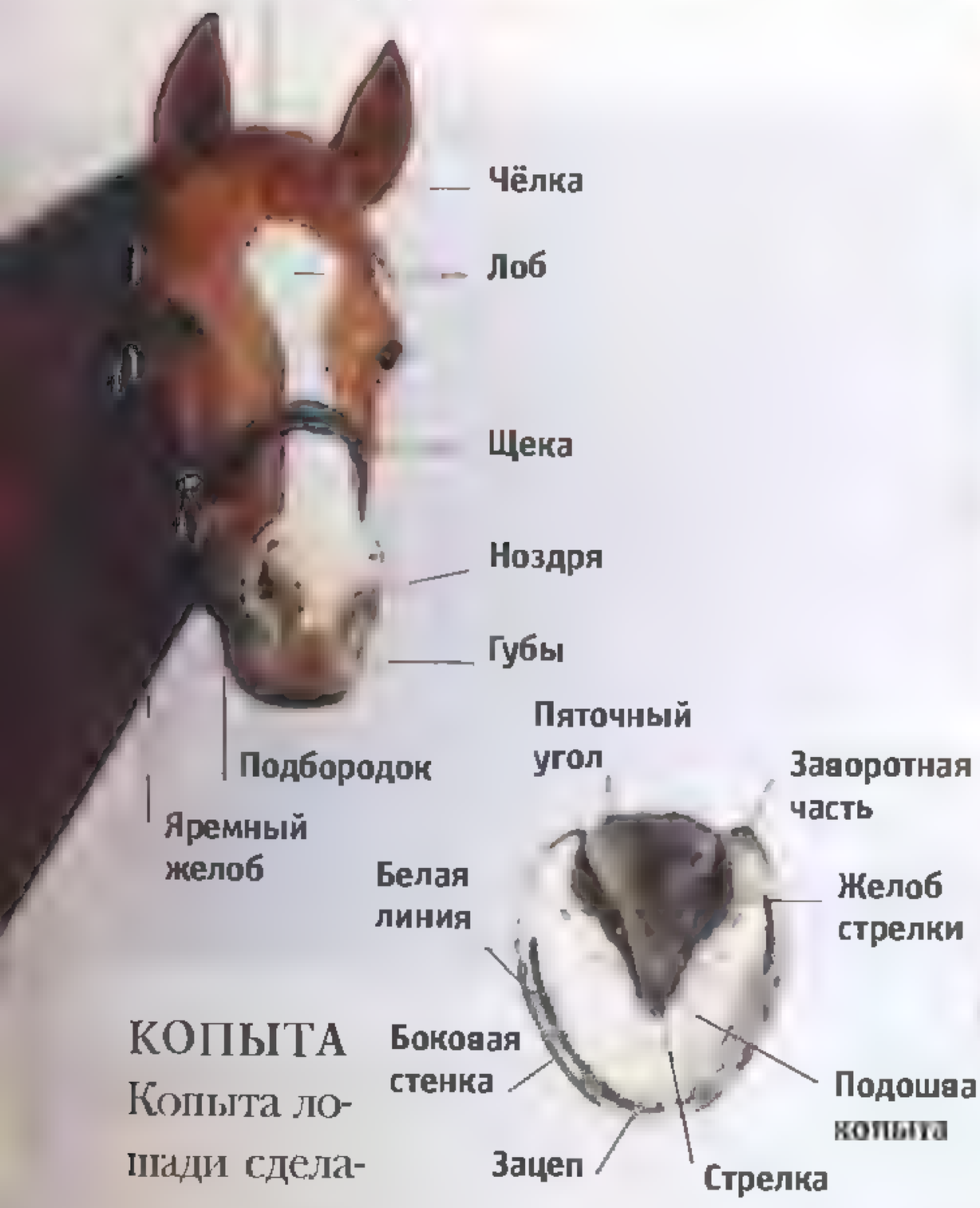
ЧАСТИ ТЕЛА ЛОШАДИ

Части тела, или стати, лошади имеют свои названия, большинство которых применяются только к лошади. В англоязычной литературе левую сторону лошади называют «ближней» (near side), а правую - «дальней» (off side).

ПРОМЕРЫ

В Британии традиционно измеряют лошадь в ладонях и дюймах. В старину люди определяли высоту лошади, отмеряя, сколько ладоней (по ширине) укладывается от холки до копыта. Сегодня ладонь равна 4 дюймам (1 дюйм = 2,54 см). Теперь высоту в холке можно указывать и в метрах.

В англоязычной литературе собственно лошадью называют животное высотой в холке более 14 ладоней 2 дюймов (1,47 м). Животные меньшей высоты называются пони. Не следует путать пони с молодой лошадью – жеребенком. Пони – это взрослая лошадь невысокого роста.



КОПЫТА

Копыта лошади сделаны из того же материала, что и ногти человека, и растут всю жизнь. В дикой природе копыта стесываются естественным образом. Домашней лошади необходим уход за копытами.

МАСТИ



ВОРОНАЯ
Вороная лошадь полностью черная, с черной гривой и хвостом.

ГНЕДАЯ
У гнедой лошади красновато-коричневые голова и корпус. Нижние части ног, грива и хвост черные.

ТЁМНО-ГНЕДАЯ
У темно-гнедой лошади на голове и корпусе смесь коричневых и черных волос, ноги, грива и хвост черные.

РЫЖАЯ
Рыжая лошадь может быть различных оттенков – от медного до светлого или красновато-коричневого. Грива и хвост того же цвета или светлее.

СОЛОВАЯ
У соловой лошади (или паломино) золотистый цвет корпуса, грива и хвост значительно светлее, иногда совсем белые.

ЧАЯАЯ
Чалая масть – смесь белых волос с основной мастью (вороно-чалая, гнедо-чалая, рыже-чалая).

СЕРАЯ
Серые лошади бывают разных оттенков: от белого до темно-серого, масть может быть однотонной, в яблоках (см. рис.) или в гречке.

ПЕГАЯ
Крупные белые пятна разбросаны по основной масти. Чаще встречаются вороно-пегие, гнедо-пегие и рыже-пегие лошади.

ЧУБАРАЯ
Чубарая лошадь серая с черными или коричневыми пятнышками.

ОТМЕТИНЫ НА ГОЛОВЕ И НОГАХ



ПЯТНО МЕЖДУ НОЗДРЯМИ
Белое пятнышко между ноздрями; может захватывать ноздри.



ПРОТОЧИНА С МАСТНЫМИ ПЯТНАМИ
Отметина вдоль головы с пятнами основной масти.



ШИРОКАЯ ПРОТОЧИНА
Широкая белая полоса вдоль головы, захватывающая нос лошади.



«ЧУЛОК»
Белизна доходит от копыта до запястного или скакательного сустава.



МАСТНЫЕ ПЯТНА
Небольшие пятнышки по белому венчику, чаще черные



«НОСОЧЕК»
Белизна идет от копыта до путового сустава.

ЛОШАДИ В ДИКОЙ ПРИРОДЕ

Есть что-то величественное в табуне лошадей – это зрелище никого не оставляет равнодушным. Большинство лошадей в дикой природе – одичавшие, происходящие от домашних предков. Инстинкт и генетика сделали их совершенными существами, способными выжить в самых суровых условиях и процветать, несмотря на все трудности.

ДИКИЕ ЛОШАДИ

Мы часто говорим «дикие лошади», но большинство современных диких лошадей относятся к тому же биологическому виду, что и домашние лошади. Американские мустанги, австралийские брамби, британские нью-форестские пони, французские камаргские лошади – все они – одичавшие. Их можно поймать и одомашнить, и некоторые из них даже становятся прекрасными верховыми лошадьми и участвуют в шоу.

Единственная истинная дикая лошадь – это лошадь Пржевальского (*Equus (caballus) przewalskii*). Она названа в честь русского путешественника и натуралиста, открывшего ее в степях Монголии в 1881 г. Монголы называют ее «тахи». Некрупная – около 13 ладоней (132 см), с примитивными чертами, такими, как темный ремень на спине и зебровидность на ногах, стоячая грива и тонкий хвост, эта лошадь не подвергалась одомашниванию. Несмотря на то, что лошадь Пржевальского в Азии находится под защитой закона с 1926 г., в природе диких лошадей не осталось. К счастью, несколько



ЛОШАДЬ ПРЖЕВАЛЬСКОГО
Небольшие группы лошадей Пржевальского были возвращены в дикую природу, и сейчас в Монголии их живет около 100.



ЭТО ИНТЕРЕСНО

ДИКИЕ РОДСТВЕННИКИ

Зебры – дикие представители семейства лошадиных. Некоторые из них были приручены и живут в неволе, но одомашнены они не были. Известно 3 вида зебр, все родом из Африки: зебра Грэви (*Equus grevyi*), горная (*E. zebra*), и обыкновенная, или бурчеллова, зебра (*E. burchellli*). Они меньше лошадей, высотой 10–13 ладоней (102–132 см). Каждый вид характеризуется уникальным рисунком из черных и белых полос, которые помогают им прятаться в высокой траве их родных саванн.



Бурчеллова зебра

особей новооткрытого вида были привезены в Европу, где они неплохо размножаются в зоопарках, и их численность растет. Благодаря превосходной программе разведения животных в неволе и фонду, созданному для спасения животных от вымирания, некоторые лошади были возвращены в дикую природу.

Существовал еще один вид рода лошадь. Пустынное животное, близкий родственник бурчелловой зебры, квагга (*E. quagga*) жила в Африке. У нее была рыжевато-коричневая окраска корпуса и полосы, как у зебры, от носа до плеч. К сожалению, квагу истребили охотники в 1870-х гг. Несколько животных жило в неволе в европейских зоопарках, но все они пали в 1880-х.

ИНСТИНКТЫ ВЫЖИВАНИЯ

У лошадиных в течение тысячелетий развились разнообразные сильные инстинкты, обеспечивающие выживание вида в дикой природе. Эти инстинкты присутствуют и у домашних лошадей.

Табунный инстинкт у лошадей очень силен. Все лошади ждут указаний от лидера табуна или группы. В дикой природе лидер – чаще всего одна из самых старых и опытных кобыл (альфа-кобыла). Она контролирует передвижения остальных членов табуна. Роль жеребца заключается в собирании табуна, размножении и охране от жеребцов-конкурентов.

В дикой природе лошадь – жертва, и один из сильнейших ее инстинктов – «бегство или оборона». При опасности лошадь, как и другие животные-жертвы, прежде всего стремится убежать, но, загнанная в угол, она будет защищаться копытами и зубами.

Лошадь реагирует на язык тела других лошадей, особенно если они почувствовали опасность. Если одна лошадь обнаруживает что-то подозрительное, от чего надо спасаться бегством, другие лошади отреагируют так же, сначала убегая, а потом думая. Табун может сорваться в доли секунды вслед за одной лошадью.



ПУТЕШЕСТВИЕ ВМЕСТЕ

Кобыла-лидер в этом табуне «диких» лошадей носит колокольчик на ошейнике. Это помогает обнаружить табун, поскольку все лошади идут вслед за ней.

ПРИРОДА ЛОШАДИ

Лошадь – социальное существо, и она любит общество себе подобных. Желание быть в обществе настолько сильно, что лошадь, потерявшая всадника, галопирует с другими на скаковом кругу или в группе, выехавшей на природу. Как правило, лошадь не агрессивна. Все споры обычно происходят при определении места в иерархии.

ЖИЗНЬ В ТАБУНЕ

Изоляция лошади от сородичей может быть мучительна для нее, но это не означает, что лошади всегда ладят друг с другом. Домашние жеребцы обычно содержатся отдельно от кобыл и меринов (кастрированных самцов), поскольку для них естественно собирать (затабунивать) кобыл и бороться с другими самцами. Кобылы и мерины могут содержаться вместе, но и в этом случае возможна борьба за лидерство. Даже в группе из одних кобыл или одних меринов найдутся доминантные лошади, которые будут всегда стараться поддержать свой статус.

Самые старые и мудрые лошади обычно занимают высокое положение в группе, а молодые и неопытные стоят низко. Когда новая лошадь знакомится с группой, она может разрушить расстановку сил, и последуют стычки. Обычно новая лошадь довольно быстро находит свое место в иерархии.

Лошади любят общение, и часто стоят парами головой к хвосту, занимаясь грумингом (почесывания зубами и губами) и отгоняя мух хвостами. У них часто возникает длительная дружба, и лошади могут неделями тосковать о друге, с которым в разлуке.



НЕЕСТЕСТВЕННЫЕ УСЛОВИЯ

Во время пастьбы и переваривания пищи лошадь легко проходит 25 км за день. Современная верховая лошадь, однако, часто содержится в неестественных условиях, не подходящих для ее потребностей. Она живет в тесной конюшне и получает одну или две больших порции высокоэнергетических кормов вместо возможности пастись часами. Хотя конюшенное содержание позволяет лошади быть в тепле и чистоте, оно изолирует ее.



ДОВОЛЬНЫЕ ДРУЗЬЯ
Лошади не любят одиночества и лучше себя чувствуют в компании других лошадей.

Лошадь – одно из наиболее адаптивных живых существ, но искусственные условия содержания вызывают у нее стресс. Недостаток умственных и физических раздражителей может проявляться различными путями, и лошадь может давать выход «нервной энергии» нежелательным для человека образом. У нее может развиться стереотипное поведение, часто называемое вредными привычками. Вредные привычки – невротическое поведение, способ занять себя и справиться с неблагоприятным окружением. Оно сходно со стереотипами (постоянно повторяющимися движениями), которые часто наблюдаются у животных в зоопарке.

СЧАСТЛИВЫЕ ЛОШАДИ

Лошадь счастлива, когда ее владелец понимает ее природу и обеспечивает условия, максимально приближенные к естественным. Она должна иметь возможность пастись на большом пастбище вместе с другими лошадьми и быть в конюшне только при необходимости. В больших городах, чтобы справиться со скукой своего питомца, тренер должен увеличить нагрузку и общение с другими лошадьми, кормить часто, но меньшими порциями, и даже давать лошади игрушки и зеркала для развлечения.

Большинство лошадей – существа привычки, распорядок дня им на пользу. Когда кормление, тренировки и даже время свободных прогулок спланированы и происходят по расписанию, лошадь будет здорова и в хорошей форме.

СВОБОДА ПЕРЕДВИЖЕНИЯ
Табуны выносливых лошадей, называемых «йегуа», живут в согласии с природой в прериях Патагонии.

ПРОВЕРЬТЕ

ДУРНЫЕ ПРИВЫЧКИ

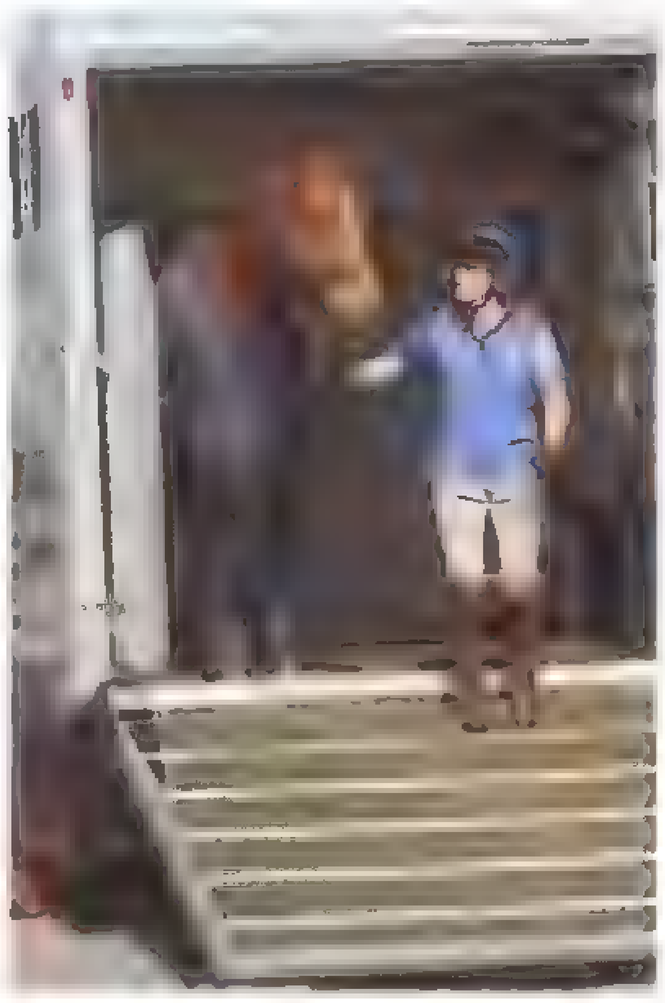
- **Воздушная прикуска** – пригнув голову к груди, лошадь с характерным звуком ритмично заглатывает воздух.
- **Предметная прикуска** – лошадь, опираясь верхними резцами о что-то твердое, напрягает шею и заглатывает при этом воздух.
- **Кружение по деннику** – лошадь ходит кругами по деннику, протаптывая дорожку по периметру.
- **«Ткачество»** (медвежья качка) – лошадь стоит пред дверью денника и раскачивается из стороны в сторону.

МЫСЛЯЩИЕ ЛОШАДИ

Лошадь обычно многое прощает и будет терпеть неопытного всадника без чрезмерного наказания. Однако у нее удивительная «лошадиная память», которая может быть как полезна, так и вредна с точки зрения всадника и тренера.

ДОЛГАЯ ПАМЯТЬ

Память оказывает огромное влияние на мышление лошади. Как положительный, так и отрицательный жизненный опыт накладывает отпечаток на мышление и поведение, это можно использовать в импринт-тренинге и заездке. Лошадь хорошо реагирует на похвалу и легко выучивает, что похлопывание по шее или ободряющий голос означают, что она что-то сделала правильно. Аналогично, лошадь умеет ассоциировать прошлое и настоящее. Например, лошадь, не желающая заходить в коневозку, не обязательно упрямая или непослушная. Возможно, она вспоминает, что в прошлый раз во время путешествия она ударилась – например, по вине плохого водителя. Не желая повторять отрицательный опыт, она вполне объяснимо не хочет вновь заходить в коневозку.



ИНСТИНКТИВНЫЕ РЕАКЦИИ

Коневозка может показаться лошади темной пещерой, и, естественно, испугать ее.

СПОСОБЫ ТРЕНИНГА

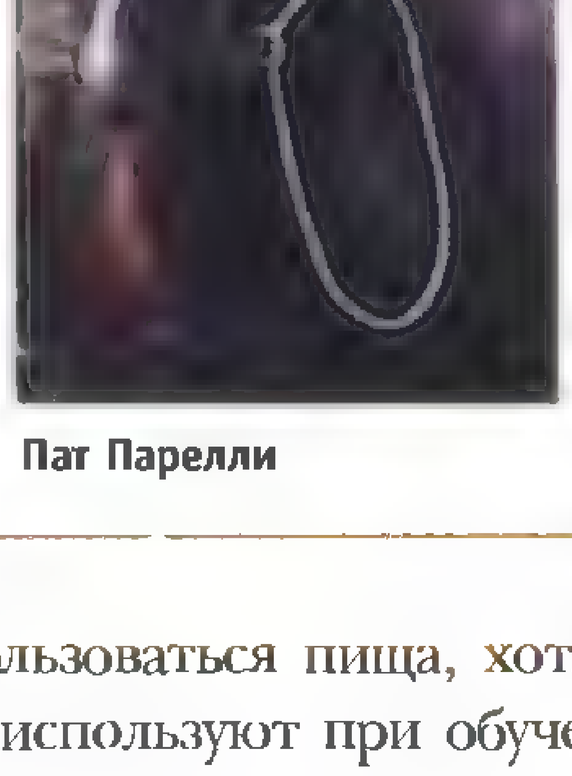
Большинство успешных тренеров хорошо понимают познавательные способности лошади и знают, как вос-

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ЕСТЕСТВЕННЫЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА И ЛОШАДИ

Искусство естественных взаимоотношений с лошадью стремительно развивается в последнее десятилетие, но на самом деле оно не ново. Их описывал афинянин Ксенофонт в своем трактате *«Об искусстве верховой езды»* около 400 г. до н. э. Считается, что это первая книга о естественных взаимоотношениях, так как она посвящена благополучию лошади.

«Естественные» всадники учат лошадь, изучив ее природу и язык тела, используют лошадиную психологию. Существуют небольшие различия между системами тренинга, но большинство использует следующую философию общения с лошадью: «правильный ответ» на задачу должен быть простым, а «неправильный» – сложным. Когда лошадь пытается правильно выполнить задание, тренер награждает ее. Лошадь учат реагировать на давление ноги, натягивание повода или прикосновение хлыста. Когда лошадь уступает давлению, оно ослабевает. Это поощрение. Лошадь быстро понимает, что ослабление давления показывает, что она правильно выполнила задание. Американец Пат Парелли – основатель современной системы естественных взаимоотношений.



Пат Парелли

пользоваться ими. Они понимают, что постоянное положительное подкрепление значительно облегчает тренинг. В недалеком прошлом идея жестокой объездки силой была нормой. Теперь, когда лошадь учат нести на спине седло и всадника, чаще говорят «начальное обучение», чем «заездка». Для положительного подкрепления может использоваться пища, хотя этот способ чаще используют при обучении лошади трюкам, чем при работе под седлом. Можно обучать лошадь при помощи кликер-тренинга: щелчки специального прибора дают лошади понять правильность ее действий.

Опытная и старпая лошадь может также помочь при тренинге. Молодая лошадь, не имеющая достаточного опыта, никогда не переходившая речку или не прыгавшая через препятствие, приобретет больше уверенности, следуя за «учителем».

Лошадь можно научить преодолевать инстинкты, особенно реакцию бегства от испуга, путем тренинга, направленного на уменьшение чувствительности. Лошади предъявляются пугающие предметы и ситуации и дается возможность исследовать их до тех пор, пока страх не исчезнет. Это полезно для обучения полицейских лошадей, которые должны оставаться спокойными в шумных ситуациях, пугающих необученную лошадь.

КОБЫЛА С ЖЕРЕБЕНКОМ

Жеребенок воспринимает сигналы от матери. Если она расслаблена и спокойна, и жеребенок будет спокоен.

ИМПРИНТ-ТРЕНИНГ

Обучение жеребёнка начинается в первые часы жизни: в процессе имринтинга он запечатлевает свою мать, научаясь при этом узнавать особей своего вида. Человек может использовать импринтинг в тренинге. Он делает специальный массаж, благодаря которому жеребёнок легче воспримет тренинг и уход, когда вырастет.

ОРГАНЫ ЧУВСТВ ЛОШАДИ

Лошади в природе – жертвы, и их органы чувств приспособлены соответственно. В течение столетий лошади стали легконогими и сильными, с удивительной способностью самосохранения, они не только выжили, но и процветают в современном мире.

ОРГАНЫ ЗРЕНИЯ

У лошади очень большое поле зрения, она может видеть почти все вокруг себя. Однако она не может видеть то, что находится сзади нее или под носом, и вынуждена поворачивать голову, чтобы сфокусироваться на предметах, которые не попадают в поле периферического зрения. Лошади различают некоторые цвета, но видят их не так, как мы. Ярко окрашенные конкурные препятствия, например, становятся в глазах лошади бледно-красными, синими и серыми. Возможно, не все знают о способности лошади хорошо видеть в темноте, но источник света в ночи только ухудшит ее зрение. Как у людей, зрение лошади с возрастом ухудшается, и болезни глаз у них те же.



ПОЛЕ ЗРЕНИЯ

Лошадь может видеть практически все вокруг себя (A–F). Она хорошо видит впереди (C D), но у нее есть 2 «слепых пятна» – под носом и сзади. Особенно хорошо лошадь видит слева и справа (B–C и D–E).

СЛУХ

Слух у лошади развит лучше всего. Она способна воспринимать высокочастотные звуки, недоступные человеческому уху, и слышать за многие километры. Поэтому громкие и неприятные звуки причиняют лошади страдания. Лошадь можно научить воспринимать голосовые команды, различать звуки и слова. Она также настроена на интонацию тренера.

ВКУС

Чувство вкуса лошади развивается в зависимости от условий содержания. Напри-

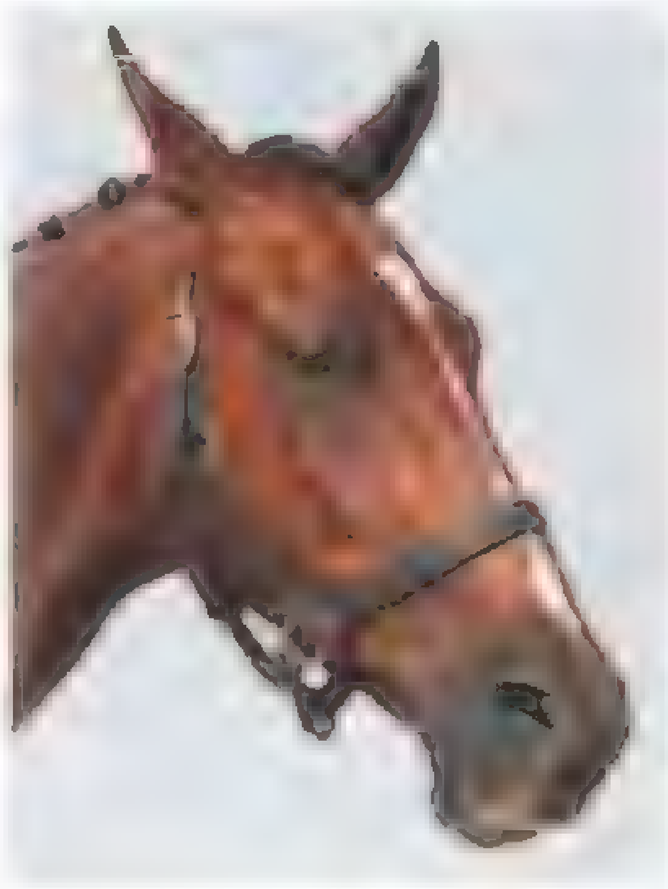
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ДВИЖЕНИЯ УШЕЙ

Лошадь активно пользуется слухом. Она может мгновенно поворачивать каждое ухо независимо от другого почти на 180 градусов вперед и назад. Так она эффективнее улавливает звуки, доносящиеся с разных направлений. Положение ушей также показывает настроение лошади (*см. с. 37*).



Уши направлены вперед



Уши направлены вбок



Уши направлены назад

мер, скаковая лошадь редко получает лакомства, поэтому она не будет знать, что яблоки, мята, сахар, патока, и даже морковь, очень вкусны, пока не попробует. Тем не менее органы вкуса обладают большой чувствительностью. Лошадь может отличить пересохшее сено со множеством грубых стеблей от качественного разнотравного сена. Она может почувствовать недоступную человеку разницу вкуса воды разных источников во время путешествия. Лошадь может даже отказаться от еды или питья, если обнаружит, что у них слишком странный вкус.

ОБОНЯНИЕ

Как и слух, обоняние очень важно для выживания в природе. У лошади очень острое обоняние, и она полагается на него, чтобы распознать, кто перед ней – друг или враг. Она может по запаху найти воду на большом расстоянии или найти дорогу домой, не помня ее, а ориентируясь на запах. Жеребец может почувствовать кобылу в охоте на расстоянии до 8 км, а кобыла узнает и устанавливает связь со своим жеребенком в табуне с помощью обоняния, а не зрения.

ПОВЕДЕНИЕ ЛОШАДИ

ФЛЕМЕН

Реакция лошади на необычный запах или вкус часто сопровождается необычной мимикой. Жеребец часто так делает, чтобы определить местоположение кобылы в охоте. Лошадь поднимает верхнюю губу и поднимает голову, чтобы пропустить воздух в специальный вомероназальный орган, расположенный в нёбе.



Реакция флемена

ОСЯЗАНИЕ

У лошади тонкая кожа и короткая шерсть. поэтому она очень чувствительна к прикосновению, и один из самых приятных способов времяпрепровождения – взаимный груминг. Лошадь может почувствовать, как на нее садится муха, и тут же согнать ее быстрым движением хвоста. Хорошо тренированная выездковая лошадь реагирует на малейшие изменения веса всадника и посылы шенкелем. Однако, если лошадь приходится усиленно подгонять шенкелем, это не значит, что она нечувствительна от природы – долгое злоупотребление шенкелем ослабило ее чувствительность.

ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ

Лошадь ощущает прикосновения в любой точке тела, и она испугается, если вы неожиданно прикоснетесь к ней.

ЯЗЫК ТЕЛА ЛОШАДИ

Лошадь не умеет вилять хвостом или мурлыкать, но, тем не менее, разнообразными способами выражает свое настроение. Эти знаки могут быть едва уловимыми, но при небольшой практике любой человек сможет понять язык тела лошади.

ВОКРУГ ГЛАЗ

Зрачки лошади не могут расширяться. поэтому выражение глаз читать трудновато. Обычно у лошади мягкий взгляд. Область выше глаз показывает беспокойство или злобу. У некоторых лошадей, когда они напуганы, виден белок глаза.

РОТ И ГУБЫ

Рот лошади очень выразителен. Отвисшая нижняя губа у старой лошади обычно показывает расслабление и спокойствие, а лошадь, совершающая жевательные движения без пищи или облизывающаяся, показывает послушание и подчинение. Шевеление верхней губы – выражение симпатии, а скрежет или скрип зубами, демонстрация зубов показывают раздражение или злость.

КОПЫТА И НОГИ

Лошадь бьет копытом о землю в нетерпении. Когда она отдыхает, одна из задних ног согнута и расслабленно стоит на зацепе копыта. Но если лошадь поднимает заднюю ногу и делает резкие движения, она очень зла и может лягнуть задними ногами.

ЧТЕНИЕ ЯЗЫКА ТЕЛА

ЭМОЦИЯ	ЕЁ ТЕЛЕСНОЕ ВЫРАЖЕНИЕ
Спокойная	▪ Расслабленное положение головы и шеи, задняя нога согнута для отдыха, легкие движения хвоста ▪ Мягкий взгляд ▪ Уши подвижны, прислушивается ▪ У старых лошадей нижняя губа может отвисать
Заинтересованная	▪ Голова и шея слегка приподняты ▪ Уши направлены вперед ▪ Ноздри расширяются ▪ Лошадь стоит на всех 4 ногах или движется к заинтересовавшему объекту ▪ Хвост расположен низко
Подчиняется	▪ Лошадь опускает голову ▪ Она стоит на месте, но облизывается или совершает жевательные движения ▪ Может копать землю ▪ Глаза внимательны ▪ Одно ухо направлено в сторону доминантной особи ▪ Хвост расположен низко
Агрессивная	▪ Лошадь слегка округляет спину, опускает голову, может вскидывать голову ▪ Может скрипеть зубами ▪ Она напрягает бедра, резко взмахивает хвостом, прижимает уши к голове ▪ Выражение глаз уверенное и проницательное
Возбужденная	В КОНЮШНЕ ▪ Лошадь семенит или крутится на месте ▪ Поднимает голову и изгибает шею ▪ Глаза расширяются, может быть виден белок ▪ Ноздри подвижны ▪ Лошадь может ржать или визжать ▪ Хвост изогнут или даже направлен вертикально вверх В ПОЛЕ ▪ Лошадь может галопировать, становиться на дыбы, взбрыкивать, вертеть головой из стороны в сторону, или гарцевать ▪ Может храпеть и фыркать после галопа ▪ Пульс учащен
Злая или раздраженная	▪ Лошадь смотрит на источник раздражения жестким взглядом ▪ Может бить ногой по земле ▪ Движения хвоста резкие, уши прижаты ▪ Может скрипеть или щелкать зубами
Больная или подавленная	▪ Потухшие глаза ▪ Неустойчивое положение тела, голова опущена, хвост неподвижен ▪ Ноги часто расставлены, чтобы поддержать тело ▪ Безразличное выражение лица ▪ Уши в нейтральном положении или направлены в стороны ▪ Дыхание может отличаться от нормального
Испуганная	▪ Лошадь останавливается на пути, резко убегает или отпрыгивает в сторону и храпит ▪ Белок виден кольцом вокруг глаза ▪ Ноздри подвижны ▪ Голова и шея подняты ▪ Пульс учащен ▪ Дыхание учащается ▪ Уши направлены на пугающий объект

ПОЛОЖЕНИЕ УШЕЙ

Уши лошади – одна из наиболее выразительных частей тела. Если уши направлены вперед, значит, лошадь с интересом воспринимает объект, находящийся впереди. Когда одно ухо направлено вперед, а другое назад – внимание лошади направлено на объект, находящийся сзади, – часто это всадник. Уши, плотно прижатые к голове, показывают злость или раздражение. У некоторых лошадей расслабленно висящие упи – признак глубокой сосредоточенности.

ДВИЖЕНИЯ ХВОСТА

Лошадь не виляет хвостом, но свои чувства с его помощью выразить может. Если лошадь прижимает хвост, это показывает ее напряжение и, возможно, плохое самочувствие. Если она мягко машет хвостом, она расслаблена и спокойна. Высоко поднятый хвост показывает хорошее настроение, а резкие взмахи хвостом вперед-назад – признак неудовольствия.

ВНИМАТЕЛЬНА И СЧАСТЛИВА

У счастливой лошади уверенное выражение лица, что легко заметно даже неопытному глазу.

АЛЛЮРЫ

Аллюр – это способ движения. У большинства лошадей 4 аллюра: шаг, рысь, галоп и карьер. У некоторых пород есть специфические аллюры, например «тёльт» исландской лошади. Дикая лошадь в основном передвигается шагом, переходя на галоп при опасности.

ШАГ

Шаг – самый медленный аллюр (около 3 км/ч). и наиболее часто используемый лошадью. Это четырехтактный аллюр: при нем слышны 4 отчетливых удара копыт – левая задняя, левая передняя, правая задняя, правая передняя. На шагу 3 ноги лошади всегда касаются земли, а 1 находится в воздухе.



Левая задняя опускается

РЫСЬ

Рысь быстрее, чем шаг, это двухтактный аллюр. Лошадь передвигает ноги диагональными парами: левая задняя вместе с правой передней и правая задняя – с левой передней. Скорость движения около 10 км/ч.



Левая задняя и правая передняя вместе

МЕДЛЕННЫЙ ГАЛОП (КЕНТЕР)

Галоп, второй по скорости (около 27 км/ч) аллюр, характеризуется ритмичными раскачивающимися движениями и трехтактностью: правая передняя. затем левая задняя и, наконец, правая задняя и левая передняя вместе. Лошадь скачет, отрывая от земли последней ведущую переднюю ногу, в данном случае правую (*см.* с. 151).



Правая передняя опирается на землю

КАРЬЕР

Карьер – самый быстрый аллюр. Он очень похож на галоп, с той лишь разницей, что у него 4 такта вместо 3, поскольку задняя нога приземляется чуть раньше передней в диагональной паре. Скаковые лошади, особенно спринтеры, могут развивать скорость до 70 км/ч.



Правая передняя на земле, затем левая задняя, потом правая передняя

Левая передняя на земле

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

МАЛОИЗВЕСТНЫЕ АЛЛЮРЫ

- «Тёльт» – аллюр исландской лошади. Это латеральный четырехтактный аллюр, часто столь же быстрый, как галоп.
- Иноходь – латеральный двухтактный аллюр, при котором ноги каждой стороны движутся попарно. Для некоторых пород, например стандартбредной, это естественный аллюр.
- «Пасо» – четырехтактный латеральный аллюр породы перуанский пасо. В отличие от других латеральных аллюров, пасо бывает собранный и прибавленный.



ПОВЕДЕНИЕ РЯДОМ С ЛОШАДЬЮ

Лошади по своей природе не агрессивны, но, поскольку это крупные существа, которые легко начинают нервничать, лучше обращаться с ними осторожно. Некоторым лошадям нравится взаимодействие с людьми, другие же предпочитают общество себе подобных. Чем больше вы проводите времени рядом с лошадьми, тем лучше вы будете понимать уникальную личность каждой из них.

РАБОТА РЯДОМ С ЛОШАДЬЮ

Когда вы подходите к лошади, дайте ей знать о вашем присутствии, но осторожно. Избегайте резких или внезапных движений. Лошадь любит предсказуемость, подходите спокойно и уверенно.

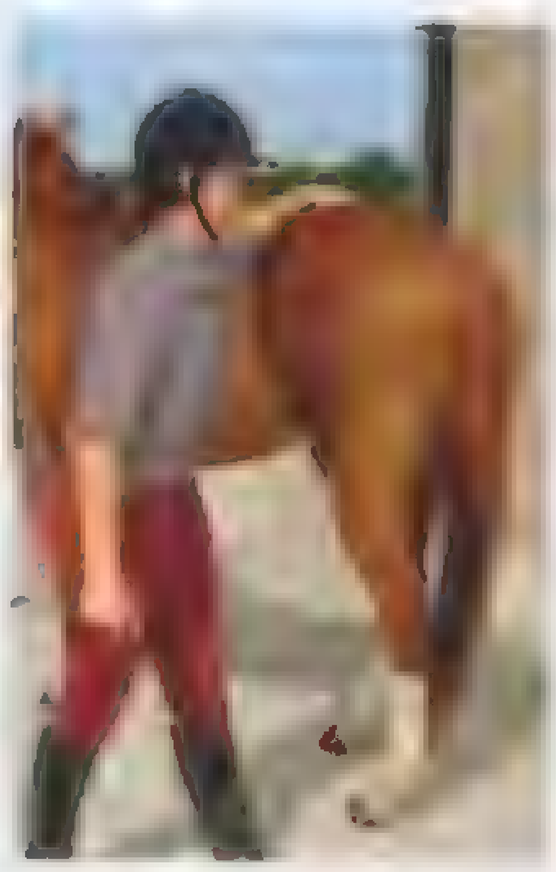
Будьте осторожны, когда вы находитесь около задней части лошади. Стойте близко – так чтобы всегда находиться на расстоянии вытянутой руки. Удар задними ногами может нанести серьезную травму, но, если вы находитесь близко, это сокращает расстояние, и, как следствие, силу удара. Не пролезайте под шеей или животом лошади, и следите за положением ваших ступней относительно ног лошади. Лошадь может случайно наступить вам на ногу, рассеянно переступая.

БУДЬТЕ ОТВЕТСТВЕННЫМ

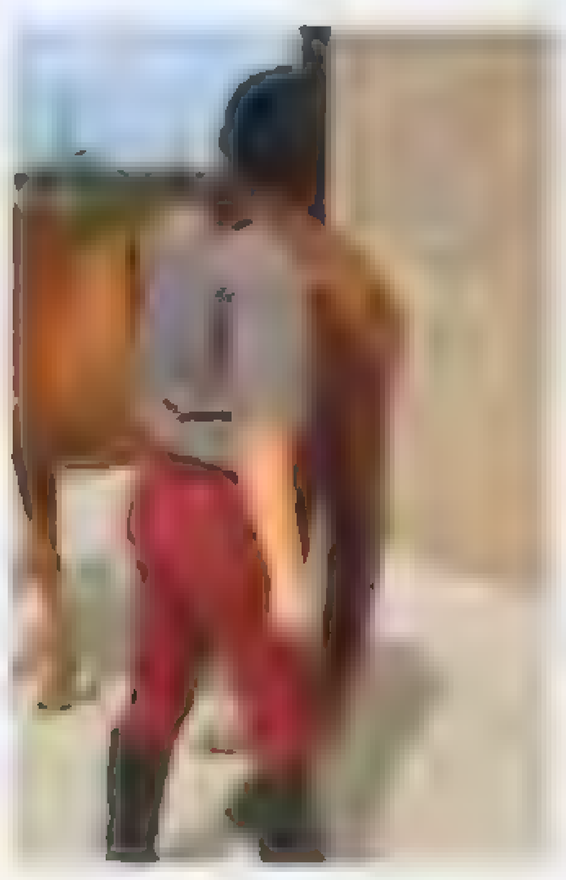
Всегда принимайте на себя роль лидера табуна, но не будьте слишком доминантным. Когда вы ведете лошадь в поводу, или едете верхом, или купаете ее, вы все-

КАК ОБОЙТИ ЛОШАДЬ СЗАДИ

Когда вы обходите лошадь сзади, положите одну руку на круп и слегка похлопайте, чтобы обозначить свое присутствие. Лошадь обычно лягается от неожиданности, а не от злости.



Положите руку



Начнните обходить лошадь



Поддерживайте контакт

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- Учитесь, как обращаться с лошадью. Это убережет вас обоих от травм.
- Носите подходящую обувь для защиты ног, особенно пальцев, которые легко травмируются, если лошадь на них наступит.
- Помните о том, что любит и что не любит ваша лошадь. Некоторым лошадям не нравятся прикосновения к ушам, другим это безразлично.
- Не становитесь на колени перед лошадью, садитесь на корточки. Тогда в случае чего вы успеете быстро переместиться.



Осмотр задней ноги сидя на корточках



УЗНАВАНИЕ ЛОШАДИ

Выполнение простых действий по уходу за лошадью, например чистка, очень помогает узнать ее. Это полезно, чтобы осмотреть, нет ли царапин, нарывов или проблем с кожей.

гда должны быть ответственным. Поведение доминантной лошади нужно скорректировать, чтобы она знала, что поступила неправильно.

Когда вы ведете лошадь, она должна идти рядом с вами плечом к плечу. Не тяните ее, и она не должна тащить вас. Если она рвется вперед, два резких, репительных движения чумбуром на себя достаточны для привлечения внимания лошади к вам.

Если происходит обратное, и лошадь идет медленно, возьмите длинный выездковый хлыст (*см. с. 132*) в левую руку. Когда вам нужно ускорить темп, отведите левую руку до крупа, поверните руку в запястье и коснитесь крупа. Этого достаточно, чтобы научить лошадь ходить в том темпе, который нужен вам.

Если нужно скорректировать поведение лошади – слишком доминантное или игнорирующее ваши желания, делайте это быстро и без злости. Лошадь чувствительна к эмоциям человека, но она не поймет, если вы накажете ее за что-то, сделанное ранее – наказание должно следовать незамедлительно.

ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЕ МЕСТА

Наблюдайте за лошадью, когда чистите или седлаете ее. Обратите внимание на зоны, особо чувствительные к прикосновению (*см. с. 35*), и избегайте сильного воздействия на них при чистке. Если вы прикасаетесь к чувствительному месту, лошадь может отреагировать закладыванием ушей или укусить. Не бойтесь разговаривать с лошадью во время чистки. Это поможет ей знать, где вы находитесь.



УГОЩЕНИЯ И ПООЩРЕНИЯ

Давайте лакомство с открытой ладони. Лучше угощать лошадь в недоуздке, а не в уздечке с удилами во рту.

СНАРЯЖЕНИЕ

НЕОБХОДИМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Существует огромное разнообразие снаряжения, некоторые предметы имеют вековую историю, в других использованы самые современные технологии. Выбирая снаряжение для себя и для лошади, не гонитесь за последними новинками рынка. Начните с базовых вещей и убедитесь, что они подходят и вам, и лошади.

ОДЕЖДА

Чтобы начать ездить верхом, необходим подходящий головной убор, или шлем, и безопасная обувь (*см.* с. 49 и 72). Вы должны всегда носить шлем, отвечающий последним стандартам безопасности вашей страны (*см.* с. 53). Он должен быть правильно подобран, и ремешки тщательно пригнаны, в противном случае безопасность не гарантирована.

Вам не обязательно надевать брюки или бриджи (*см.* с. 48–49) для верховой езды. Подойдут и джинсы прямого покроя или любые плотные брюки, если вам в них удобно и вы можете свободно двигаться, но вскоре вы поймете, что брюки для верховой езды и бриджи более практичны и износостойки. Для ежедневной езды в стиле вестерн длинные расклешенные джинсы, закрывающие ботинки, – лучший выбор (*см.* с. 72–73). Практично носить нижнее белье и выбирать ткани, подходящие для погоды и выполняемой работы; верховая езда может варьировать от разгоряченной тяжелой работы на тренировке до пронизывающего холода и ветра на зимней прогулке. Перчатки не являются необходимостью, но полезны, чтобы уберечь руки от потертостей, согреть их и обеспечить лучший захват мокрых поводьев.



КАК НЕСТИ СЕДЛО
Седло несут, прижимая заднюю луку к боку, или на руке, направляя переднюю луку к локтю.



СЕДЛО ДЛЯ ВЕСТЕРНА
Многие используют особые седла для соревнований. Они должны так же хорошо подходить лошади, как и седло для ежедневной работы.

АНГЛИЙСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Верховой лошади нужна уздечка с подходящими удилами и седло (*см.* с. 54–61). Важнейшие требования – хорошее качество, правильная подгонка и хороший уход. Это обычно означает, что они сделаны из крепкой высококачественной кожи и периодически тщательно моются седельным мылом. Достаточно легко подогнать уздечку, но подгонку нового седла следует доверить специалисту.

Большинство лошадей нуждаются в одном типе удил, но некоторые лучше реагируют на периодическую замену удил, а другим замена удил нужна для скоростной работы.

Пара ногавок (*см.* с. 63) обеспечивает защиту ног в конкуре и троеборье, некоторым лошадям нужна защитная обувь, если их движения неуклюжи. Но не надо использовать их всегда, «поскольку так делают другие», – используйте то, что нужно именно вашей лошади.

СНАРЯЖЕНИЕ ДЛЯ ВЕСТЕРНА

Необходимые предметы снаряжения для вестерна те же, что и для английского сти-

ля – седло и уздечка (*см.* с. 74–77). Всегда используйте самое простое грызло, на которое реагирует лошадь во время работы. Существуют различные типы седел, но для всех чрезвычайно важны правильный размер, хорошее качество и материалы. Седло для вестерна большое и тяжелое, из более толстой кожи, чем английское седло. Подпруга, или «цинча», делается из различных материалов, включая тесьму и неопрен, и должна быть достаточно широкой и удобно обхватывать живот лошади. Сёдла вестерн традиционно кладут на шерстяное одеяло – потник, обычно ярко окрашенное. Их также можно класть поверх шерстяного вальтрапа, впитывающего пот со спины лошади. Как и седло, уздечка должна быть сделана из крепкой, гибкой кожи, пряжки из качественной нержавеющей стали предпочтительнее посеребренных.

АНГЛИЙСКОЕ ОГОЛОВЬЕ И УДИЛА

Оголовье и удила помогают контролировать голову лошади. У этой уздечки комбинированный капсюль и трензельные удила с подвижными кольцами. Она правильно подогнана и комфортна для лошади.

АНГЛИЙСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Английское снаряжение, в отличие от стиля вестерн, выглядит более официально. Самое важное – чтобы снаряжение подходило данной лошади и было правильно подогнано, а одежда всадника была безопасна и практична.

ПОВСЕДНЕВНАЯ ОДЕЖДА

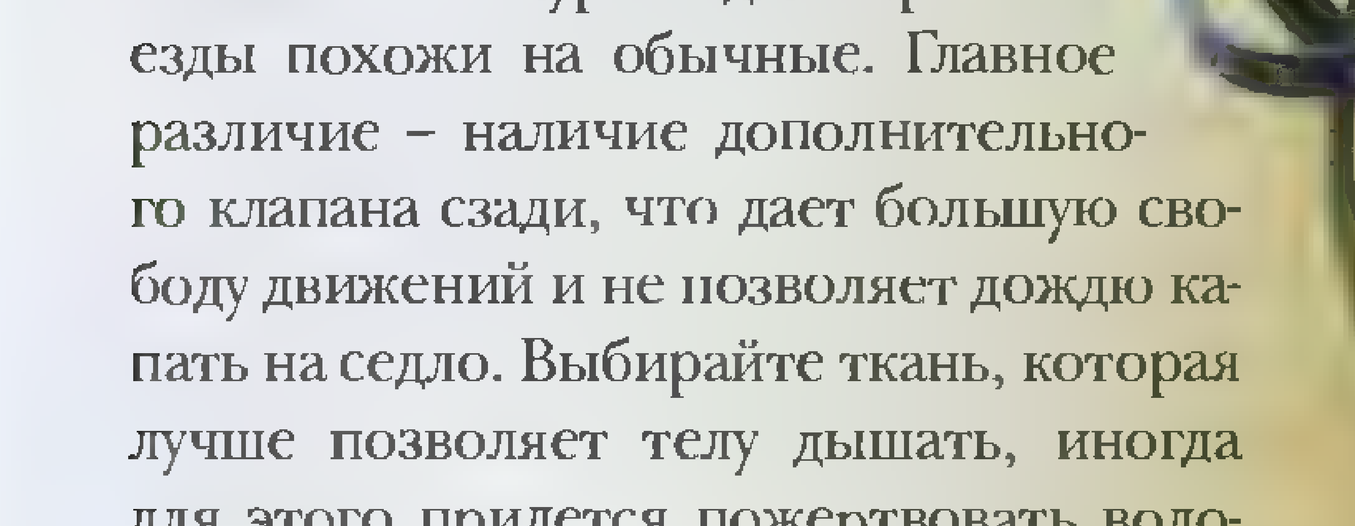
Комфорт, безопасность и практичность первостепенно важны. Вам необходима свобода движений, усиление в местах, испытывающих большую нагрузку, а также некоторая степень защиты от влаги и ветра и контроль температуры, поскольку даже за одну поездку вы можете попасть в жару, холод и дождь. Избегайте мешковатой одежды. Всегда носите подходящую обувь и шлем.

РУБАШКИ И МАЙКИ

Большинство обычных рубашек и футболок подходят для верховой езды, если они обеспечивают свободу движений и сделаны из приятной ткани. Хороши изделия из хлопка, идеальна микрофибра, которая позволяет коже дышать и при этом быстро сохнет. Белье должно эффективно впитывать пот. Избегайте одежды без рукавов или с короткими рукавами – кожа может обгореть на солнце, да и укус лошади окажется болезненнее.

КУРТКИ И ЖАКЕТЫ

Большинство курток для верховой езды похожи на обычные. Главное различие – наличие дополнительного клапана сзади, что дает большую свободу движений и не позволяет дождю капать на седло. Выбирайте ткань, которая лучше позволяет телу дышать, иногда для этого придется пожертвовать водостойкостью.



Куртка спереди

Куртка сзади

ХОРОШАЯ КУРТКА ДЛЯ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Выбирайте куртку с водостойким дышащим верхним слоем и клапаном сзади, который можно застегнуть, когда вы спешиваетесь.

ПРАКТИЧНАЯ ОДЕЖДА

Выбирайте практичную одежду: приятный внешний вид – это хорошо, но безопасность важнее.



***Жилет** дает дополнительную защиту и элегантность*

БРИДЖИ И БРЮКИ

Облегающие тянущиеся брюки (полной длины, обычно их носят с ботинками) или бриджи (немного короче, носят с сапогами или крагами) практичны и долго служат. У большинства моделей усилена область колена (коленная лея), у некоторых также и область сзади. Джинсы неплохи, однако у них часто неудобный шов в промежности, и они непрактичны во влажную погоду; хорошая альтернатива – хлопковые молескиновые брюки.

ПЕРЧАТКИ

Перчатка должна плотно облегать руку, не стеснять движений и обеспечивать хороший захват. Выбирайте модели с усилением пальцев и кисти. Хороши синтетические ткани, например флис и нейлон. Летом идеальны хлопковые перчатки с пупырышками. Тесьмяные и кожаные перчатки красивы, но подходят не для всякой погоды.



Хлопковые



Синтетические



Тесьмяные перчатки



Кожаные перчатки

ЗАЩИТА РУК

Перчатки защищают руки от потертостей и улучшают захват влажного повода.

БОТИНКИ И КРАГИ

Ваши ботинки должны быть сделаны из прочного материала, лучше из кожи, чтобы обеспечить защиту ног. Обязательно наличие низкого каблука, чтобы нога не проскальзывала в стремя; подошва должна быть цельной. На каждый день подойдут невысокие полуботинки и краги. Кожаные или замшевые краги обеспечивают такую же защиту, как и сапоги.



Кожаные ботинки



Краги



Полуботинки

ЗАЩИТА НОГ

Безопасная обувь снижает риск травмы, если нога застрянет в стремени.

ОДЕЖДА ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Одежда для соревнований немного варьирует в зависимости от дисциплины и уровня соревнований, но необходимы светлые бриджи, сапоги, рубашка с галстуком или пластрон, твидовый темно-синий или черный редингот, перчатки и синий или черный шлем. Красивый внешний вид обязателен по случаю соревнований, вы и ваша лошадь должны делать честь друг другу.

СООТВЕТСТВОВАТЬ СЛУЧАЮ

Одежда для соревнований – часть этикета, например, цвет бриджей или пластрона, одеваемых с конкретным жакетом. Также существуют правила, разработанные исходя из соображений практичности и безопасности, например, защитные жилеты (*см.* с. 53) обязательны для некоторых дисциплин. Вы и ваша лошадь должны всегда выглядеть привлекательно, особенно если вы участвуете в шоу или соревнованиях по выездке.



ОСНОВНОЙ КОСТЮМ

Высококачественный шерстяной твид, теплый, водостойкий, дышащий, служит многие годы и подходит для почти всех соревнований. С твидовым рединготом надевают светлые – кремовые или бежевые – бриджи.



ОДЕЖДА ДЛЯ ТРОЕБОРЬЯ

Для троеборья обязателен защитный жилет, под него или поверх него надевается красивая рубашка любого цвета, например рубашка для регби. Защитные жилеты бывают разных цветов, и к ним легко подобрать рубашку и чехол для шлема.

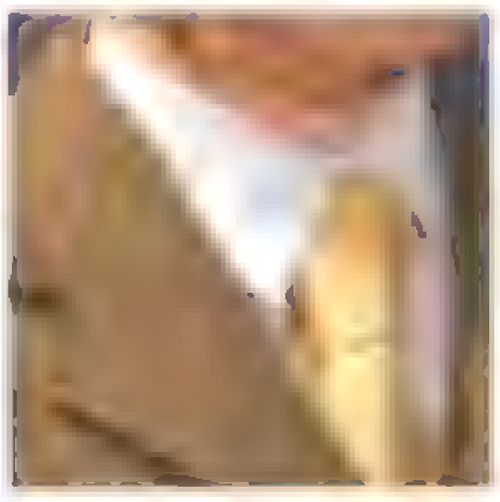
АКСЕССУАРЫ ВСАДНИКА

ПЛАСТРОНЫ И ГАЛСТУКИ

Пластрон надевают с воротником-стойкой, завязывая его петлей вокруг шеи. С твидовым рединготом носят цветной пластрон или галстук, если у рубашки обычный воротник, и белый пластрон с черным или темно-синим рединготом.



Цветной пластрон



Воротник и галстук



Белый пластрон



***Шлем** должен быть черным или темно-синим, одного цвета с рединготом*

***Рубашки** часто имеют съемный воротник, чтобы их можно было носить и с галстуком, и с пластроном.*

***Перчатки** обязательны для выездки. Белые выглядят стильно и обязательны для соревнований высшего уровня, но для начинающих допустимы также черные и коричневые.*

***Бриджи**, надеваемые с темно-синим или черным рединготом, должны быть светло-бежевыми или белыми.*

***Сапоги** должны быть черными или коричневыми, взрослые наездники обычно носят сапоги, а не ботинки.*

***Шпоры** необходимы на соревнованиях выездке высокого уровня.*

ОДЕЖДА ДЛЯ ВЫЕЗДКИ

Эта всадница нарядно одета для соревнований по выездке. На ней редингот для соревнований, который может быть как синтетическим, так и полушерстяным. Цвет шлема соответствует цвету редингота, и аккуратно завязанный пластрон, простая белая рубашка, перчатки, светлые бриджи и полированные сапоги завершают костюм.

ШЛЕМЫ И ЗАЩИТНЫЕ ЖИЛЕТЫ

Шлем – один из важнейших предметов экипировки всадника. Он должен быть в хорошем состоянии и отвечать самым современным стандартам безопасности вашей страны и дисциплины, в которой вы соревнуетесь. Стандарты безопасности касаются и способа крепления. Не пренебрегайте помощью квалифицированного специалиста при выборе размера и подгонке.

ИЗБЕЖАТЬ СЕРЬЁЗНЫХ ПОВРЕЖДЕНИЙ

Никакое средство не дает абсолютной защиты, но в ваших силах уменьшить возможные повреждения. Шлемы и защитные жилеты разрабатывались для защиты внутренних органов, они рабо-тают, смягчая и распределяя удар при падении. В разрезе смягчающий материал похож на полистирен с воздушны-ми пузырьками. При ударе материал сжимается, поэтому после серьезного повреждения – если вы упали, уронили его на твердую поверхность или лошадь ударила копытом, шлем или защитный жилет нужно заменить. Также вы должны тщательно ухаживать за защитным снаряжением и заменять его каждые 5 лет, даже если оно не повреждалось.



***Шлем** и крепление должны быть правильно подобраны*

***Защитный** жилет должен подходить по фигуре*

***Рубашку** можно надеть как сверху, так и под жилет*

ТРЕБОВАНИЯ ЗАКОНА

В Британии всадникам до 14 лет ездить по дорогам без шлема, отвечающего стандартам безопасности, запрещено. Законы могут меняться, убедитесь, что вы в курсе последних изменений.

ШЛЕМ И ЕГО КРЕПЛЕНИЕ

Неповрежденный, хорошо подогнанный шлем и крепление, отвечающие современным стандартам безопасности, постоянно необходимы каждому всаднику. В Британии, Европе, США, Австралии и Новой Зеландии стандарты безопасности определены законом.



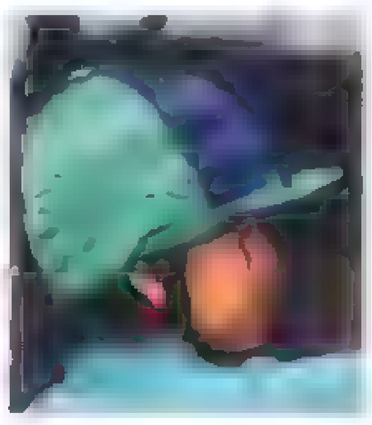
ХОРОШАЯ ПОДГОНКА

И шлем, и его крепление должны быть правильно подогнаны. Покупайте шлем у надежного продавца, который может дать вам квалифицированный совет.

АКСЕССУАРЫ ВСАДНИКА

ЧЕХЛЫ ДЛЯ ШЛЕМА

Чехлы из цветного шелка надевают на соревнованиях по троеборью, но черный или темно-синий чехол подходит для более официальных событий. Флуоресцентный чехол идеален для езды в поле и по дорогам.

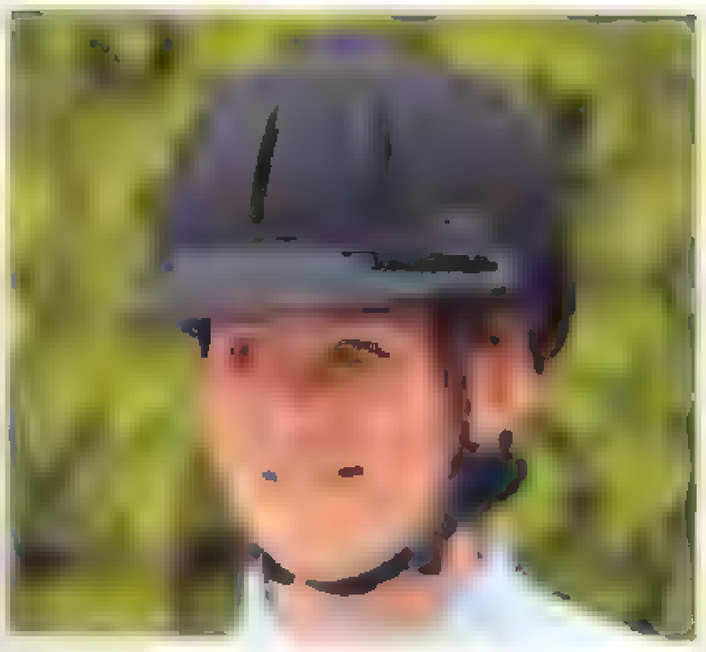


Шелковый чехол

ТИПЫ ЭКИПИРОВКИ

ШЛЕМ С ВЕНТИЛЯЦИЕЙ

Легкий шлем, популярный у конкуристов и участников пробегов.



Легкий вентилируемый шлем

ШЛЕМ, ПОКРЫТЫЙ БАРХАТОМ

Красивый шлем с кожаным креплением, подходящий для многих дисциплин.



Шлем, покрытый бархатом

ШЛЕМ С ПОЛОСОЙ ИЗ УГЛЕВОЛОКНА

Шлем с полосой из углеволокна посередине популярен у конкуристов.



Шлем с полосой из углеволокна

ЗАЩИТНЫЕ ЖИЛЕТЫ

Жилеты бывают трех уровней защиты: 1 уровень (черная этикетка) только для жокеев, 2 уровень (коричневая этикетка) для основных нужд и 3 уровень (пурпурная этикетка) для обычной езды, конкура и работы с лошадьми. Защита плеч может быть съемной или несъемной.



Вид спереди



Вид сзади

ПРАВИЛЬНАЯ ПОДГОНКА

Жилет должен быть правильно подогнан и спереди, и сзади. Посоветуйтесь с надежным продавцом и, если ваш рост или вес значительно изменился, проверьте подгонку.

СЁДЛА

Большинство сёдел имеют твердое основание – ленчик. Обычно он делается из дерева, и именно ленчик определяет размер и ширину седла – набивку можно до некоторой степени подгонять, но ленчик должен сразу подходить лошади. Набивка обычно делается из шерсти, но используются также подушки из пористого материала.

УНИВЕРСАЛЬНОЕ СЕДЛО

Если лошадь не выступает в какой-либо дисциплине, скорее всего у нее будет только одно седло – универсальное спортивное седло, которое является промежуточным между седлами для конкура и выездки (*см.* с. 56–57) и подходит для большинства задач. Ленчик может быть пружинистым или жестким. Пружинистый ленчик имеет вставку из гибкой стали с каждой стороны деревянного основания, обычно он удобнее для всадника, но для лошади при правильной подгонке и распределении веса всадника различия невелики.

ВИД СБОКУ

Когда седло лежит на спине лошади, задняя лука должна быть чуть выше передней, а самая глубокая часть седла должна быть в центре.



Шнеллер *(под малым крылом) – замак, который нужно проверять перед каждой ездой*

Задняя лука

Передняя лука

Малое *крыло закрывает пряжку путлища*

Сиденье

Самая глубокая часть сиденья

Вырез передней луки

Подушка *обычно набита шерстью или пористым материалом*

Держатель *– петля, в которую заправляется конец путлища, когда лошадь ведут в поводу*

Крыло *седла – у универсального седла форма крыльев подходит и для прыжков, и для непрыжковой работы*

Коленная *подушка помогает сохранению положения колена*

ВИД СНИЗУ

Осматривать седло снизу часто забывают. Чистите его регулярно и проверяйте признаки износа, сохраняйте кожу гибкой, но не смазывайте маслом слишком часто (*см.* с. 93).



ВИД СЗАДИ

Когда вы смотрите на оседланную лошадь под всадником сзади, вы всегда должны видеть промежуток между позвоночником лошади и седлом на всем его протяжении.



СЕДЛО В СБОРЕ

Просуньте каждое путлище в отверстие в верхней части стремени, затем застегните пряжку. Закрепите расположенную над пряжкой часть путлища в шнеллере. Просуньте до конца, затем потяните заднюю часть путлища вниз так, чтобы пряжка оказалась под шнеллером. Конец путлища во время езды не заправляйте в держатель. Подпруга пристегивается к 2 или 3 пристругам, которые расположены под крылом с каждой стороны седла.

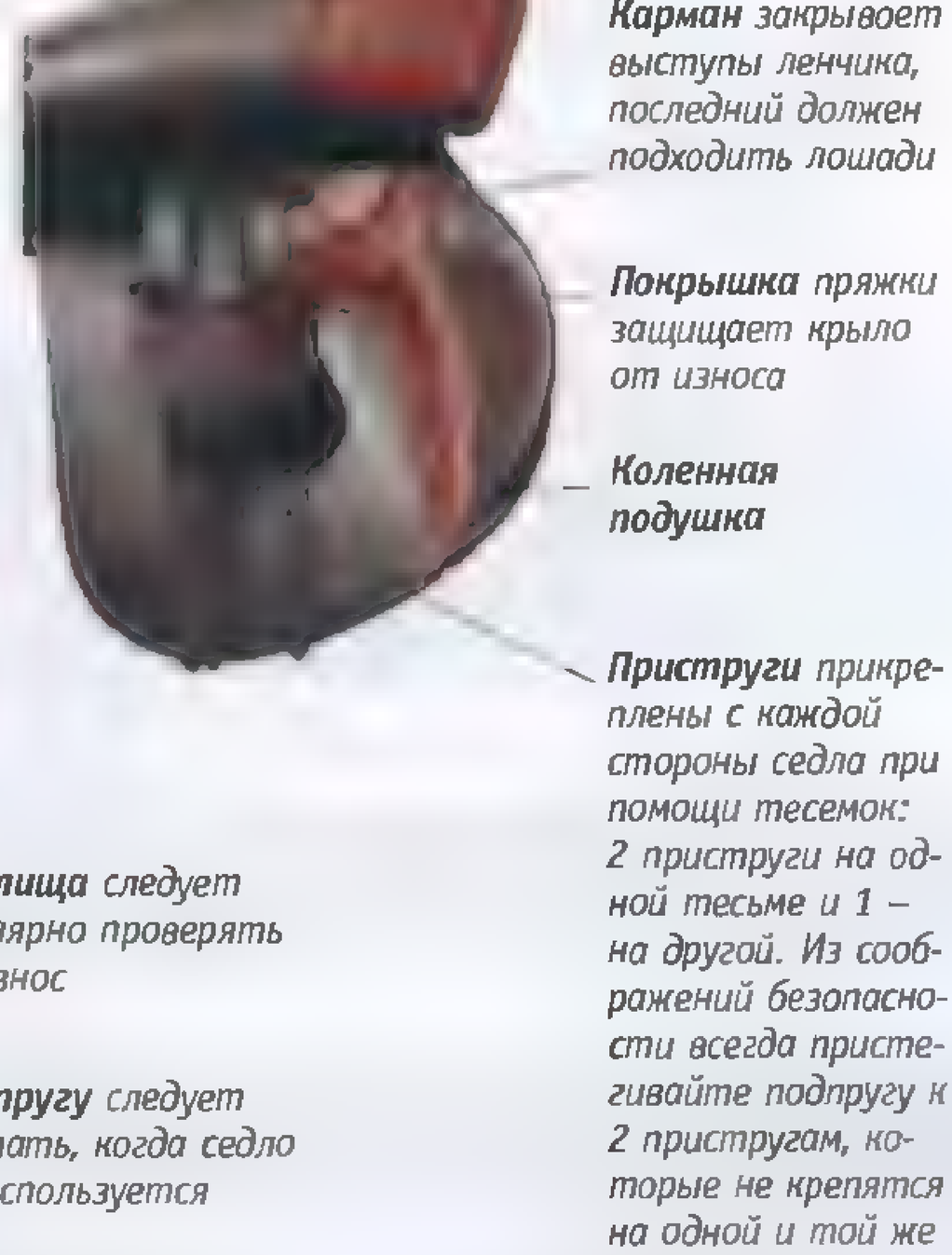
ПОДГОТОВКА ПОДПРУГИ

Положите подпруги поперек седла так, чтобы вы могли легко затянуть их, когда седло ляжет на спину лошади.



ПОД КРЫЛОМ СЕДЛА

Под крылом видны такие структурные элементы седла, как выступы ленчика и приструги.



ТИПЫ СЁДЕЛ

У всадников, которые серьезно занимаются какой-либо дисциплиной, постепенно появится необходимость в более специализированном седле. Существуют специальные виды сёдел для выездки, конкура и различных шоу. Сёдла для троеборья обычно основаны на очень легкой модели скакового седла, что дает всаднику максимум контакта с лошадью, которая не несет лишнего веса. Многие всадники предпочитают не использовать большие коленные валики или коленные подушки. Они дают большую стабильность посадки, но если лошадь падает, человек может попасть под лошадь, а не отлететь в сторону.

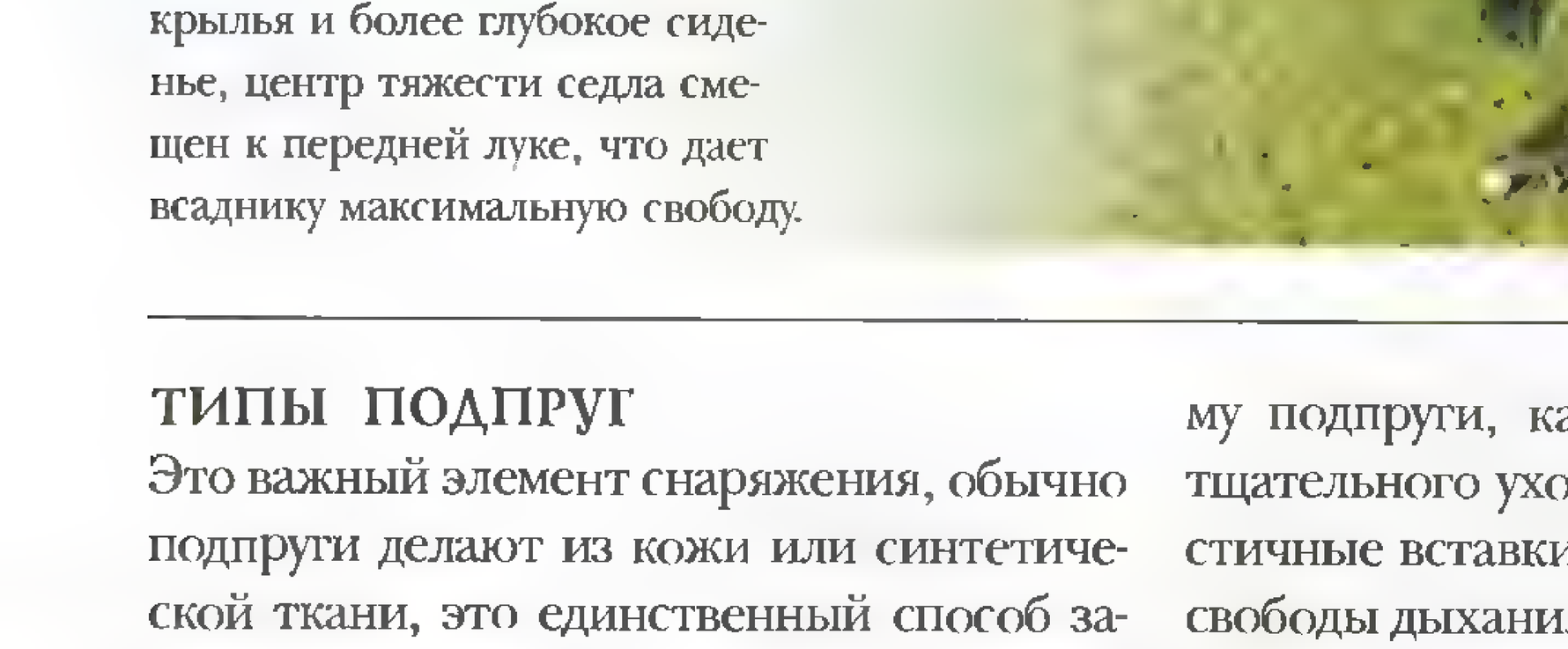
СЕДЛО ДЛЯ КОНКУРА
У него довольно плоское сиденье. Крылья короткие и направлены вперед, а коленные подушки сконструированы так, чтобы обеспечить стабильность посадки.



СЕДЛО ДЛЯ ВЫЕЗДКИ
У сёдел для выездки прямые крылья и более глубокое сиденье, центр тяжести седла смещен к передней луке, что дает всаднику максимальную свободу.

ТИПЫ ПОДПРУГ

Это важный элемент снаряжения, обычно подпруги делают из кожи или синтетической ткани, это единственный способ закрепления седла на спине лошади, поэтому подпруги, как и пристружи, требуют тщательного ухода. У некоторых есть эластичные вставки, дающие лошади больше свободы дыхания и движения, но и их старайтесь не перетягивать (*см.* с. 67).



ФОРМЫ ПОДПРУГ
Некоторые подпруги более узкие за локтями лошади, чтобы уменьшить вероятности потертостей. Балдинг и подпруга с сужением имеют одинаковую формы, но подпруга с сужением сделана из единого куска материала.

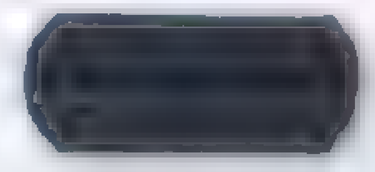
СТРЕМЕНА И ВСТАВКИ

Самые частые типы стремян – высокое и узкое филлисово («fillis») и более широкое «охотничье» с округлыми боковыми частями. Большинство людей вставляют в основание стремени специальные вставки для лучшей опоры. Технически всегда правильно использовать вставки в филлисовых стременах, в охотничьих стременах вставки нужны, если вы носите ботинки на кожаной подошве. Безопасные стремена быстро высвобождают ногу при падении.





Плоская вставка – сверху



Безопасная – сверху



Плоская вставка – снизу



Безопасная вставка – снизу

ПУТЛИЩЕ

Необходимы высококачественные путлища. Синтетические путлища не так прочны. как кожаные.

ТИПЫ ВСТАВОК

Выше показаны плоская и безопасная вставки. Вставки съемные и недорого стоят, поэтому их легко заменить.



ВЫБИРАЕМ СТРЕМЕНА

Ваше стремя должно быть достаточно широким, чтобы нога легко высвобождалась при падении, но и не слишком большим, чтобы нога не проскальзывала. Обязательно используйте безопасные стремена, если у седла нет шнеллеров (*см.* с. 54).





Пряжки на подпруге для выездки

ПОДПРУГИ СЕДЛА ДЛЯ ВЫЕЗДКИ

Подпруга для выездки короткая и используется с очень длинными пристругами седла для выездки. Пряжки расположены низко, так что нога всадника лежит на крыле седла абсолютно плоско.

Затянутая подпруга для выездки

ОГОЛОВЬЯ И УДИЛА

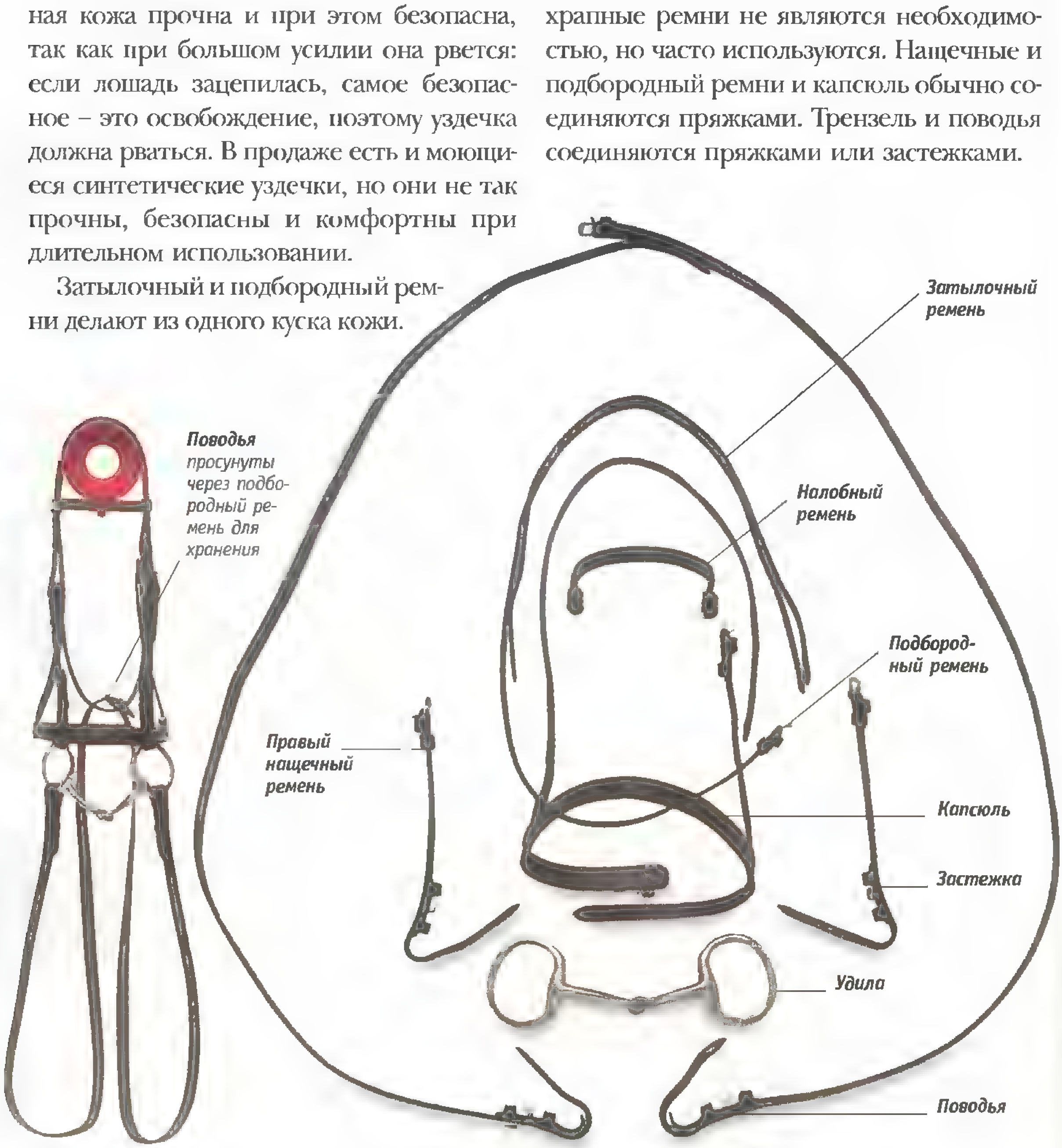
Всегда используйте уздечку, когда едете верхом, поскольку она дает значительную степень контроля – езда на кожаном или веревочном недоуздке небезопасна. Выбирая удила и капсюль, советуйтесь с профессионалами, поскольку оба этих предмета могут причинить лошади вред при неправильном использовании.

ОГОЛОВЬЯ

Хорошо сделанное, правильно подогнанное оголовье из высококачественной кожи при хорошем уходе служит много лет и комфортно для лошади. Качественная кожа прочна и при этом безопасна, так как при большом усилии она рвется: если лошадь зацепилась, самое безопасное – это освобождение, поэтому уздечка должна рваться. В продаже есть и моющиеся синтетические уздечки, но они не так прочны, безопасны и комфортны при длительном использовании.

Затылочный и подбородный ремни делают из одного куска кожи.

Затылочный ремень связан с удилами через нащечные ремни, а подбородный ремень предотвращает сползание оголовья вперед через уши. Налобный ремень препятствует сползанию назад. Капсюли и нахрапные ремни не являются необходимостью, но часто используются. Нащечные и подбородный ремни и капсюль обычно соединяются пряжками. Трензель и поводья соединяются пряжками или застежками.



ХРАНЕНИЕ ОГОЛОВЬЯ

Повесьте уздечку на кронштейн так, чтобы налобный ремень смотрел вперед. Протяните подбородный ремень сквозь поводья и застегните пряжку. Поместите капсюль вокруг нащечных ремней и проденьте концы ремней капсюля в шлёвки.

СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ УЗДЕЧКИ

Чтобы собрать оголовье, протяните капсюль и затылочный ремень через налобный ремень, затем прикрепите нащечные ремни, удила и поводья, убедившись, что ничто не перекручивается.

ТРЕНЗЕЛЬНОЕ ОГОЛОВЬЕ

Термин «трензельное оголовье» означает, что имеется только одно грызло: обычно одна из форм трензеля или пелям (*см.* с. 60–61). Оно может использоваться с различными капсюлями – такими, как обычный капсюль, «восьмерка» или ганноверский (см. с. 60) – или без них. На всех уздечках пряжки смотрят наружу, а застежки – внутрь.

Налобный ремень *не дает оголовью сползать назад*

Затылочный ремень *проходит сквозь петли на концах налобного ремня*

Подбородный ремень *предотвращает сползание оголовья вперед*

Нащечные ремни *соединяют затылочный ремень и удила*

Это трензельное удило с подвижными кольцами *прикреплено к поводу застежкой*

Капсюль *используется по эстетическим причинам или для прикрепления «мертвого» мартингала*



ХАКАМОР

Бестрензельное оголовье действует на нос лошади и подходит норовистым лошадям. Оно очень жесткое и доступно голько опытным всадникам.

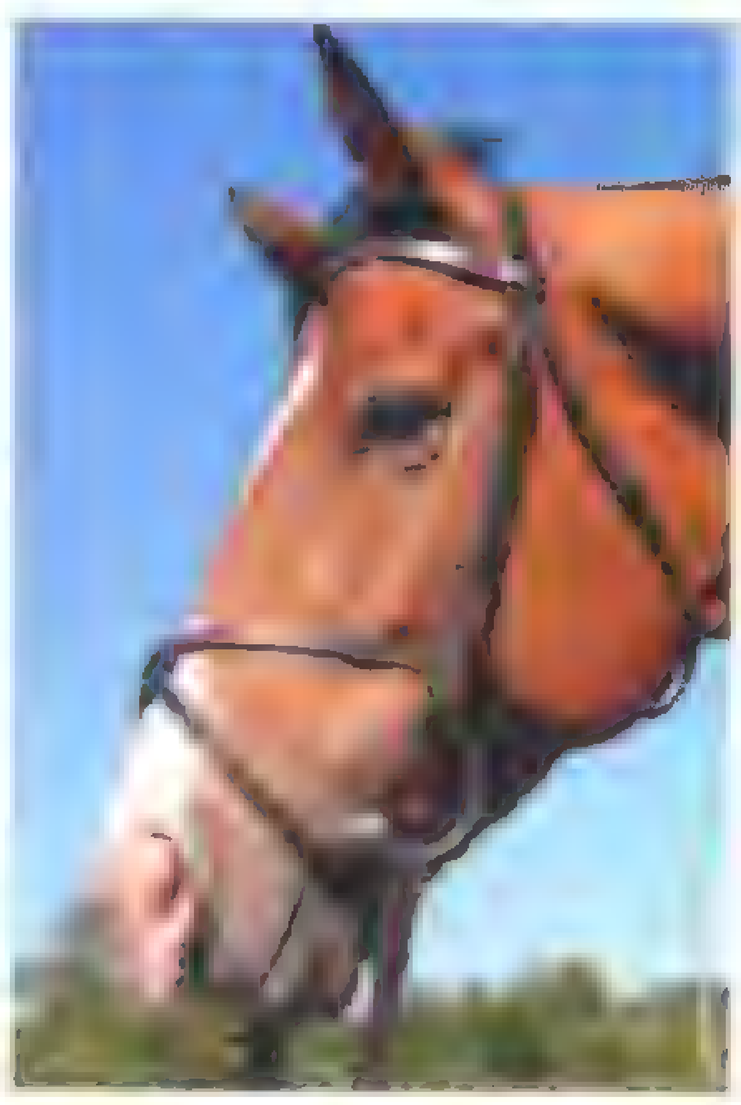
ТИПЫ КАПСЮЛЯ

Основной тип капсюля – обычный (*см.* с. 59). Он не даст дополнительного контроля, но к нему прикрепляется «мертвый» мартингал. Нос лошади очень чувствителен, так что другие типы капсюля следует использовать с осторожностью и только при необходимости.

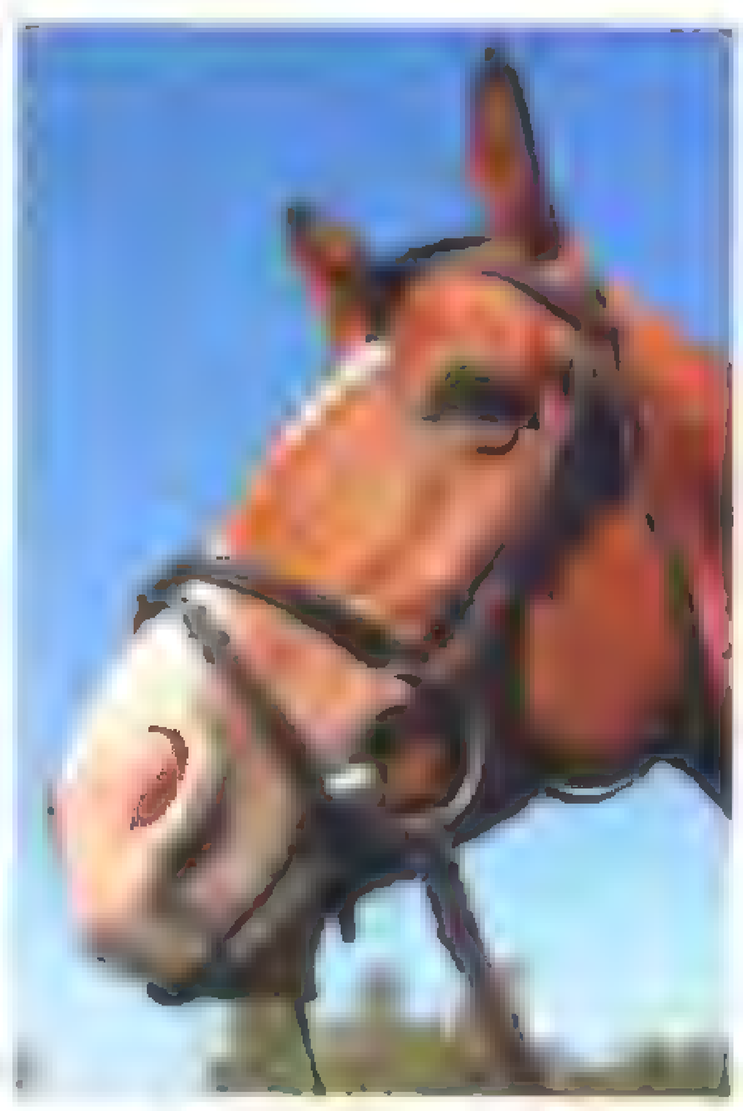
Ганноверский капсюль может использоваться, если лошадь сопротивляется действию удил, открывая рот, сдвигая челюсть или просовывая язык над грызлом. Мексиканский капсюль действует аналогично, но на большей площади, и «сопля» (нижняя петля) меньше мешает дыханию лошади, чем у ганноверского капсюля. «Восьмерка», или комбинированный капсюль, – это обычный капсюль со съемным ремешком («соплёй»), прикрепляемым спереди, его действие аналогично ганноверскому.



ГАННОВЕРСКИЙ КАПСЮЛЬ
Петля должна проходить на 4 пальца выше ноздрей, а снизу проходить под трензельными кольцами в подбородной ямке.



МЕКСИКАНСКИЙ КАПСЮЛЬ
У мексиканского капсюля 2 ремешка, перекрещивающихся на спинке носа. Один проходит под удилами, другой – сверху.



КОМБИНИРОВАННЫЙ
Верхняя часть работает как обычный капсюль. Нижняя петля проходит под удилами и не должна касаться ноздрей.

ТИПЫ УДИЛ

Каждый тип удил имеет особенности действия, оказывая давление на одну или более областей рта и головы лошади. Большинство из них можно отнести к 2 типам – трензель, который действует только на рот лошади, и мундштук, который действует на затылок и часто используется как второе удило в мундштучном оголовье, а также разновидность мундштука – пелям. Все они могут быть цельными или составными; грызло с двойным сочленением действует мягче.

Правильная подгонка очень важна. Грызло должно выступать с каждой стороны примерно на 5 мм. Несоставное грызло должно лежать в углах рта лошади, не образуя морщинок, составное грызло должно лежать так, чтобы лошадь «улыбалась», без морщинок в углу рта.

МАТЕРИАЛЫ УДИЛ

Для изготовления удил используют различные виды стали, пластик и резину. Хорошее качество необходимо, чтобы они не ломались и не натирали. Регулярно проверяйте состояние удил.



МАРТИНГАЛЫ

Чаще всего используются охотничий и «мертвый» мартингалы. Они дают дополнительный контроль и не должны использоваться из эстетических соображений. В обоих случаях длинный ремень крепится одним концом к подпруге, а другим – к поводьям или капсюлю.



«МЕРТВЫЙ» МАРТИНГАЛ

«Мертвый» мартингал позволяет контролировать лошадь, не давая ей задирать голову слишком высоко, и используется, если лошадь резко вскидывает голову. У него 1 ремень, прикрепляющийся к капсюлю.



***Каждый ремень** заканчивается кольцом, через которое проходит повод, и может скользить до ограничителей рядом с удилами.*

***Шейный ремень** фиксирует мартингал*

ОХОТНИЧИЙ МАРТИНГАЛ

Охотничий мартингал ограничивает движения головы лошади, если лошадь задирает голову слишком высоко и уходит из-под контроля. У него 2 ремня, V-образно расходящихся от груди лошади к поводьям.

ВИДЫ СНАРЯЖЕНИЯ

КК – трензель

Резиновый трензель

Трензель с двойным сочленением с подвижными кольцами и ромбовидным центральным элементом

Кимблвик с высокой дужкой

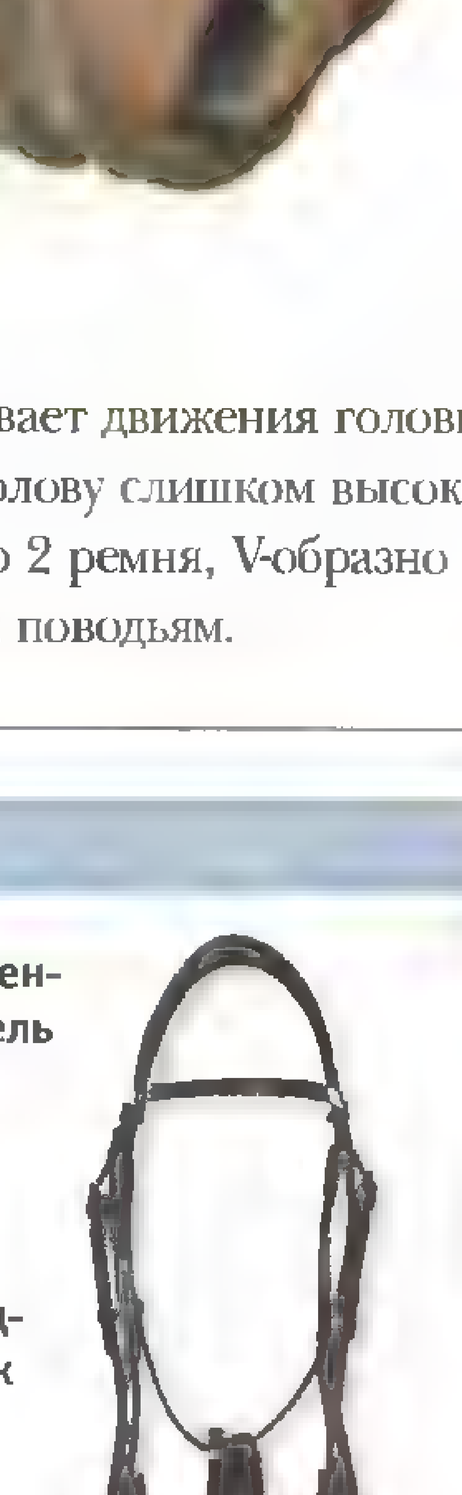
Пелям

Трензель

Мундштук

МУНДШТУЧНОЕ ОГОЛОВЬЕ

Мундштучное оголовье состоит из трензеля – тонкого и легкого, и мундштука – и, следовательно, 2 пар поводьев. Это дает всаднику лучший контроль и точность воздействия поводом и используется в выездке высокого уровня. Всадник должен уметь работать каждой парой поводьев в отдельности.



Мундштучное оголовье

ЗАЩИТА ЛОШАДИ

Помимо седла и оголовья, существуют разнообразные элементы снаряжения, которые защищают лошадь от дискомфорта и травм. Потники под седло, ногавки и бинты – все они бывают нужны, важно лишь помнить, что они не должны компенсировать плохо подогнанное снаряжение или небрежную езду.

КОМФОРТ И БЕЗОПАСНОСТЬ

Другие элементы снаряжения должны быть подогнаны правильно и соответствовать лошади и выполняемой работе так же, как седло и оголовье. Вальтрапы и ногавки – не предмет моды. у них свои задачи, и они могут вызвать или скрыть повреждения при неправильном использовании. Не используйте их лишь потому, что все так делают. Однако есть моменты, когда некоторые элементы снаряжения существенно меняют дело.

ЗАЩИТА ПРИ ПРЫЖКАХ

Разумно одевать ногавки в конкуре и троеборье, если есть вероятность, что лошадь ударит или засечет ногу.

***Вальтрап** помогает распределять вес всадника, что особенно важно при прыжках*

ПОД СЕДЛО

Большинство всадников используют потник или вальтрап, чтобы те вшитывали пот и грязь из-под седла. Лучшие материалы – шерсть и хлопок. Форма потника должна быть такой, чтобы его можно было подоткнуть в камеру седла.

Потник

ВИДЫ СНАРЯЖЕНИЯ

ПОТНИКИ

Потники дают дополнительную защиту от удара всей спине лошади, а короткие потники на холку защищают только переднюю часть спины. Они могут быть полезны, если вес лошади колеблется и это влияет на подгонку седла.

Потник на холку

Потник на спину

НОГАВКИ И «КОЛОКОЛЬЧИКИ»

Лошади, которые двигаются правильно, не нуждаются в ногавках. Но если лошадь задевает ногой противоположную ногу, наступает на пятки копыта, засекает ноги или выполняет необычно тяжелую работу, то ей понадобится защита.



«КОЛОКОЛЬЧИКИ»

Большинство троеборцев используют «колокольчики», чтобы уменьшить вероятность травм. «Колокольчики» должны сниматься через копыто, но их сложно одевать, они имеют тенденцию ослабляться и перекручиваться. Модели на липучках, показанные выше, более функциональны.

***Ногавки** защищают ноги лошади от удара*

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

БИНТОВАНИЕ НОГ ЛОШАДИ

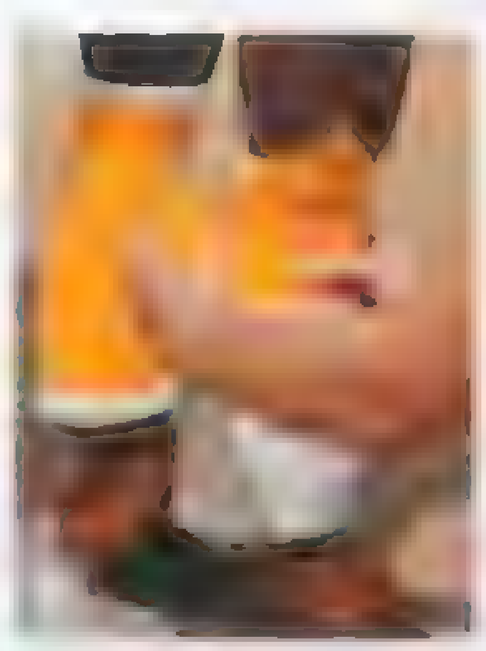
Бинты используются для защиты и поддержки сухожилий. Бинты для работы тоньше, чем конюшенные, и иногда лучше тянутся, поэтому не слишком затягивайте их. Начинайте бинтовать под запястьем, закончите над путовым суставом и всегда используйте «ватничек» (подложку).

Шаг 1. Оберните ногу ватничком. Начните бинтовать диагонально, оставив кончик на верхушке, затем сделайте виток под верхним краем подложки.

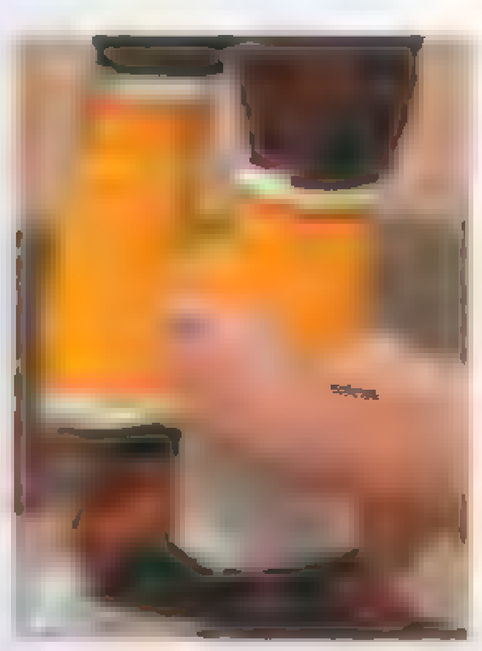
Шаг 2. Сложите бинт уголком для следующего витка и продолжайте бинтовать вниз.

Шаг 3. Бинтуйте до путового сустава, затем вверх и надежно завяжите.

Шаг 4. Убедитесь, что бинты не стесняют движений лошади.



Начните сверху



Бинтуйте сверху вниз



Надежно завяжите



Бинтование закончено

НАДЕВАНИЕ НОГАВКОВ







1 НАЛОЖИТЕ НОГАВОК

Ногавки располагают между запястным и путовым суставами. Поместите их чуть выше, затем опустите, так чтобы волоски лежали гладко. Большинство ногавков надеваются легко.

2 ЗАСТЕГНИТЕ НОГАВОК

Застегните верхнюю застежку. Свободные концы должны быть направлены назад. (Если застежка двойная, то нижние застежки направлены назад, а верхние – вперед.)

3 ПРОВЕРЬТЕ

Убедитесь, что ногавки надеты правильно, и подправьте, если нужно. Ногавки должны сидеть плотно, не соскальзывать, не вращаться вокруг ноги, не мешать движению лошади.

НАДЕВАНИЕ НЕДОУЗДКА

Недоуздки используются для того, чтобы водить и привязывать лошадь, и делаются из кожи или синтетических материалов, например из тесьмы. Они состоят из затылочного (суголовного), подбородного и переносного (нахрапного) ремней, соединенных нащечными ремнями. Когда вы привязываете взнузданную лошадь. всегда надевайте недоуздок поверх оголовья. Не привязывайте лошадь за трензельные поводья.



***Если есть** чумбур, набросьте его на шею лошади или держите его в руках. Не бросайте его на землю*



***Закрепите** чумбур на кольце переносного ремня под нижней челюстью лошади*

1 НАДЕНЬТЕ ПЕРЕНОСНЫЙ РЕМЕНЬ

Начните с расстегивания пряжки на затылочном ремне. Стоя с левой стороны лошади, возьмите переносный ремень двумя руками и осторожно наденьте на нос лошади.

2 ПЕРЕБРОСЬТЕ ЗАТЫЛОЧНЫЙ РЕМЕНЬ

Держите переносный ремень левой рукой и возьмите суголовный ремень в правую руку. Закиньте его на шею лошади, затем подтяните его конец за ушами.

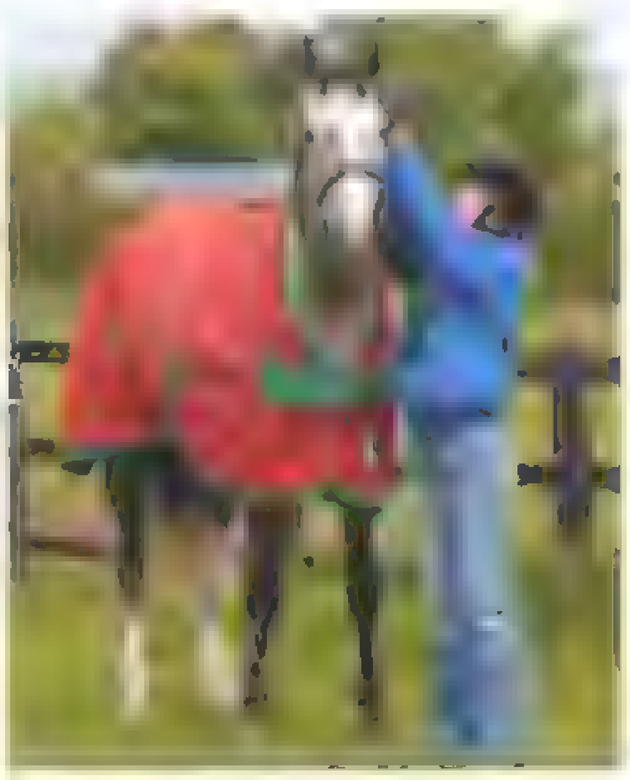
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ПОИМКА УПРЯМОЙ ЛОШАДИ

Перебросьте недоуздок и чумбур через плечо и направляйтесь к плечу лошади, чтобы она могла вас видеть. Если она не дает себя поймать, спрячьте недоуздок и предложите морковку, которая послужит наградой, когда недоуздок будет надет. Если лошадь часто трудно поймать, пусть она ассоциирует это и с удовольствием, например, лакомством, а не только с работой.



Предложите лакомство



Застегните недоуздок

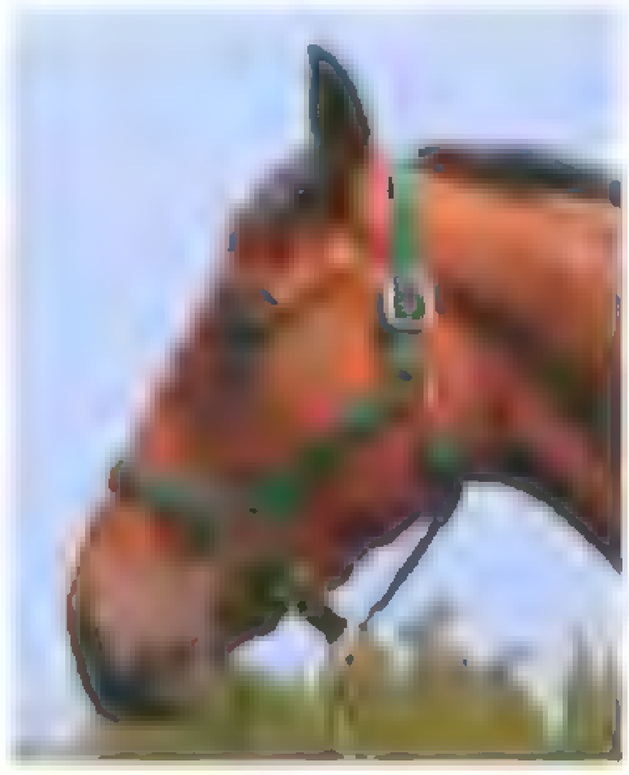
ВИДЫ СНАРЯЖЕНИЯ

НЕДОУЗДКИ

В Великобритании кожаные и тесьмяные недоуздки практически вытеснили веревочные (*см.* с. 77), так как они равномерно распределяют давление, оказываемое на голову лошади. Однако прочные тесьмяные недоуздки недостаточно безопасны для транспортировки (*см.* с. 270) или работы, так как они, в отличие от кожаных, не рвутся при чрезмерном усилии, освобождая случайно зацепившуюся лошадь.



Кожаный недоуздок



Тесьмяный недоуздок

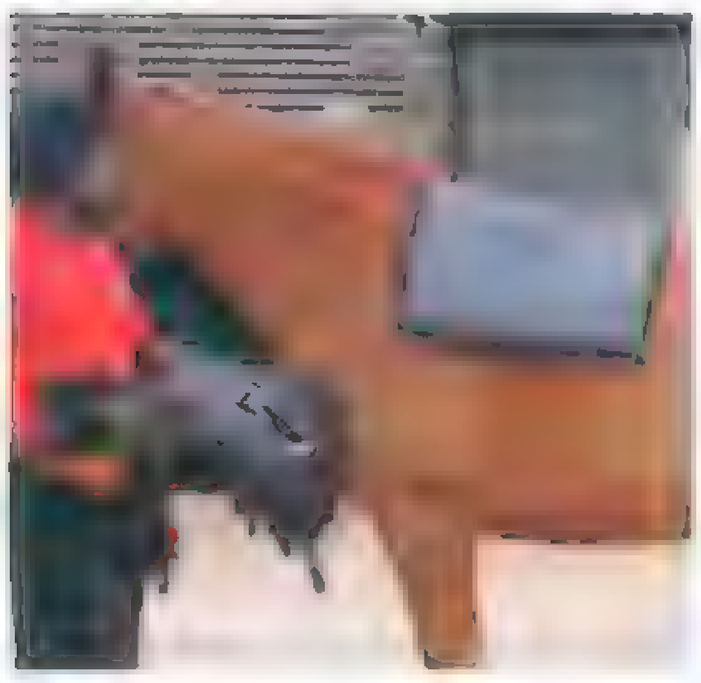


3 ЗАСТЕГНИТЕ И ПРОВЕРЬТЕ

Поймайте конец затылочного ремня правой рукой и застегните пряжку. Недоуздок должен сидеть свободнее, чем оголовье, но правильная подгонка важна для безопасности – соединительный ремень не дает оголовью соскользнуть с головы лошади, а переносный ремень не должен быть слишком свободным, чтобы лошадь не зацепилась или не попала в него ногой.

СЕДЛОВКА

Подтяните стремена и перекиньте подпругу поперек седла, чтобы она не мешала, но в то же время ее можно было быстро затянуть. Убедитесь, что спина и живот лошади чистые, и шерсть лежит гладко. Попрактикуйтесь накладывать седло на спину лошади без других элементов снаряжения, запомните место, где оно должно лежать.

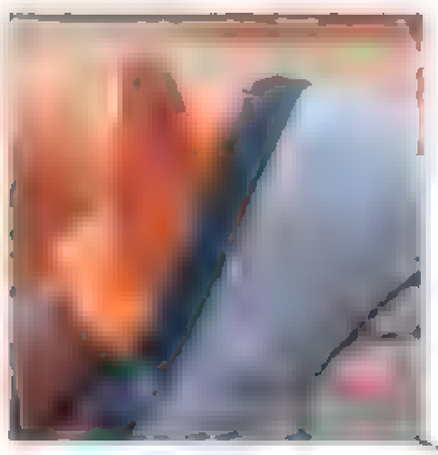


1 ПОЛОЖИТЕ ПОТНИК

Обычно к лошади подходят с седлом с левой стороны. Если вы используете потник, его накладывают первым или одновременно с седлом. Положите его слегка вперед, на холку, так, чтобы при перемещении седла на место он пригладил шерсть лошади

2 ПОЛОЖИТЕ СЕДЛО

Аккуратно поднимите седло на спину лошади, держа левой рукой за вырез передней луки, а правой – за заднюю луку, и положите его поверх потника. Подтяните потник в камеру седла и сдвиньте их вместе назад по шерсти, пока передняя лука не будет сразу за холкой.



***Поднимите** потник в вырез передней луки и под задней лукой так, чтобы между ним и позвоночником лошади всегда был воздушный промежуток по всей длине*



ТЕХНИКА

ДОБАВЛЕНИЕ ОХОТНИЧЬЕГО МАРТИНГАЛА

Если вы используете мартингал, наденьте шейный ремень через голову лошади так, чтобы пряжка оказалась слева. **Шаг 1.** Когда вы пропускаете подпругу под животом лошади, просуньте ее сквозь петлю на конце мартингала. **Шаг 2.** Надев уздечку, расстегните центральную пряжку поводьев и протяните каждый повод в соответствующее кольцо мартингала, затем снова застегните поводья.

Проденьте подпругу через петлю

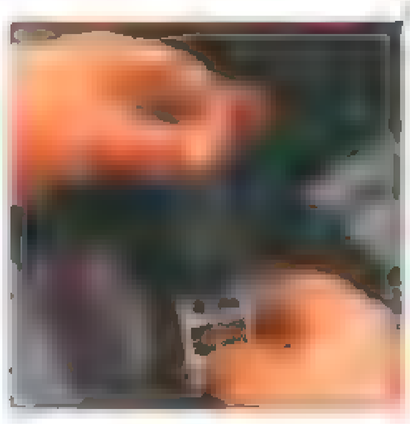
Протяните поводья сквозь кольца



3 ДОТЯНИТЕСЬ ДО ПОДПРУГИ

Позвольте подпруге свободно свисать с правой стороны, затем, стоя слева, дотянитесь рукой до подпруги под животом лошади. Убедитесь, что потник и подушки седла лежат ровно с обеих сторон.





Пряжки *подпруг с каждой стороны должны быть параллельны друг другу и на одном уровне с обеих сторон седла*

4 ЗАТЯНИТЕ ПОДПРУГУ

Закрепите подпругу за первую пристругу и за вторую или третью (*см.* с. 55), убедившись, что ничто не перекручивается. Сначала затяните слабо; проверьте, что подпруга лежит на расстоянии ширины ладони за локтем лошади.





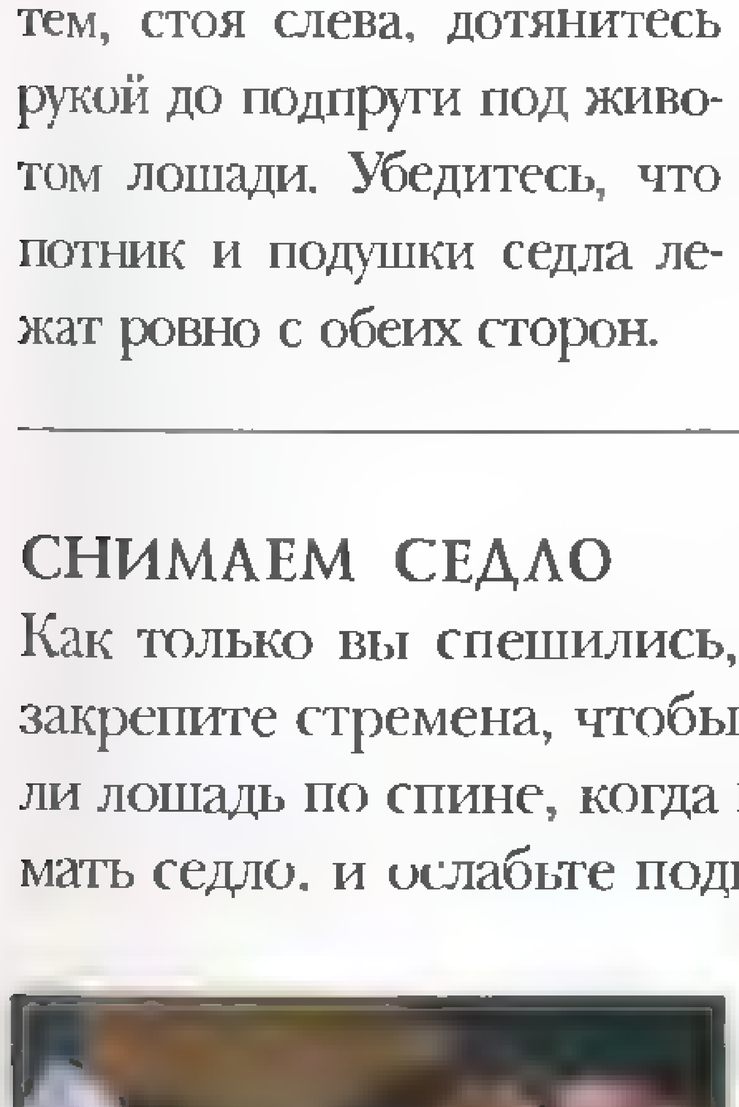
Для езды *подпруги должны быть затянуты так, чтобы вы могли просунуть пальцы под подпругу*

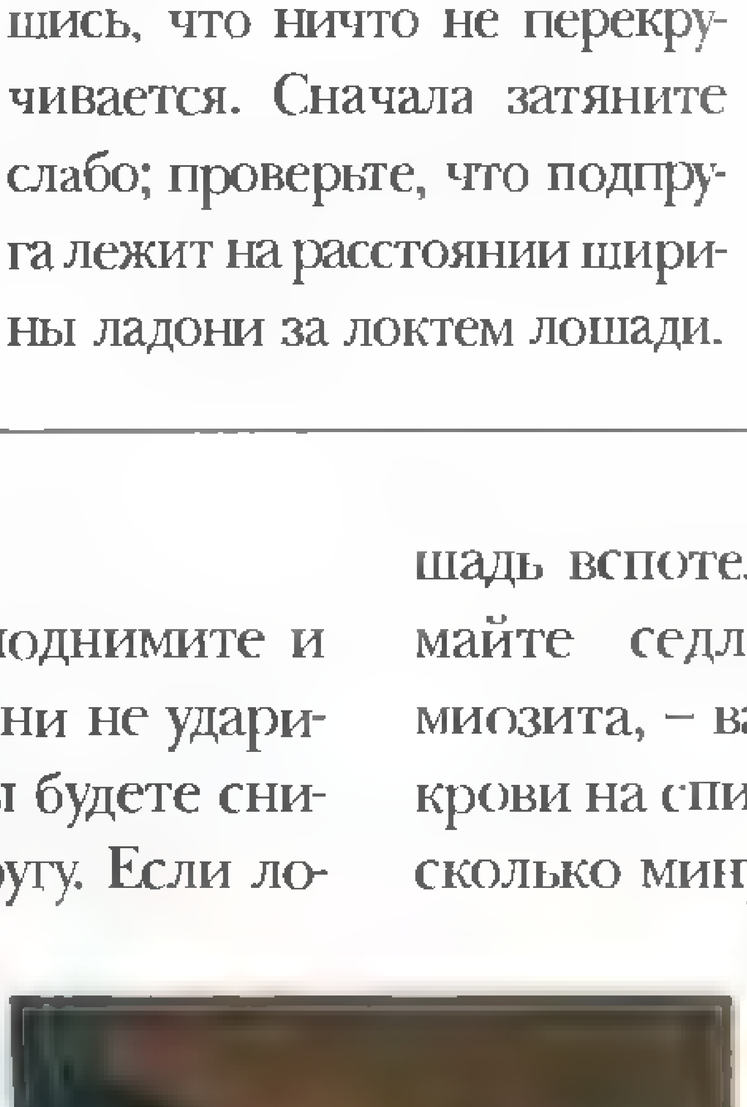
5 ПРОВЕРЬТЕ

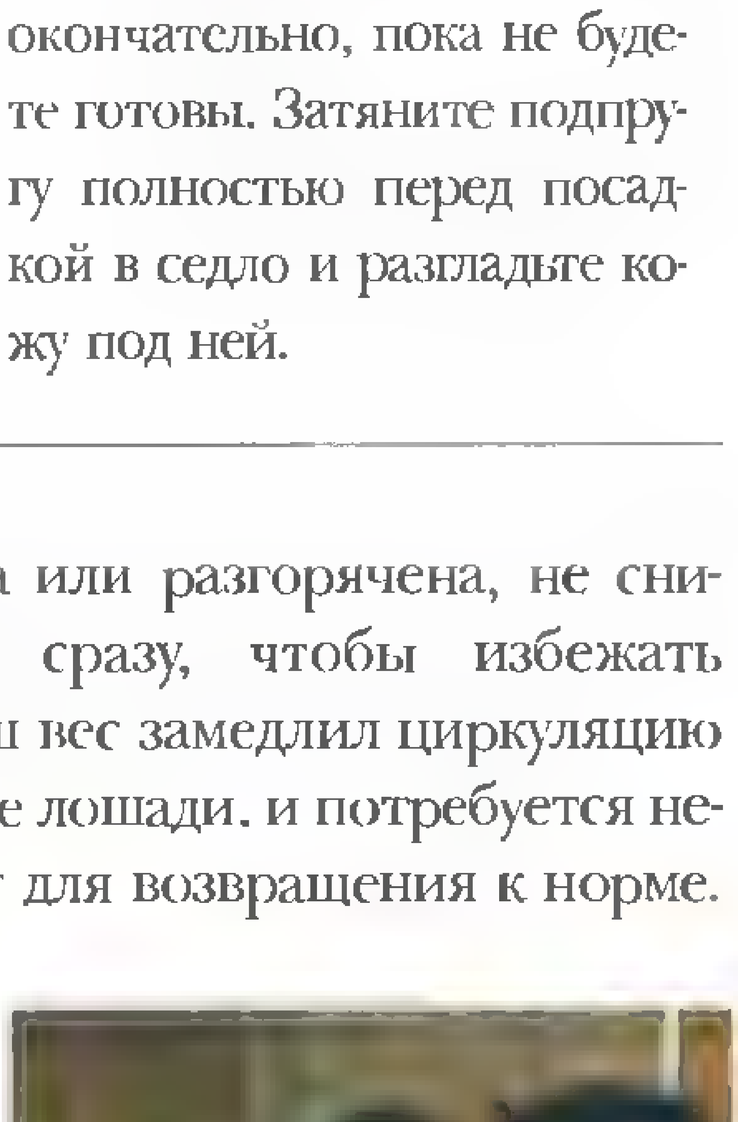
Затяните подпругу так, чтобы она поддерживала седло. Не затягивайте ее окончательно, пока не будете готовы. Затяните подпругу полностью перед посадкой в седло и разгладьте кожу под ней.

СНИМАЕМ СЕДЛО

Как только вы спешились, поднимите и закрепите стремена, чтобы они не ударили лошадь по спине, когда вы будете снимать седло, и ослабьте подпругу. Если лошадь вспотела или разгорячена, не снимайте седло сразу, чтобы избежать миозита, – ваш вес замедлил циркуляцию крови на спине лошади, и потребуется несколько минут для возвращения к норме.







1 РАССТЕГНИТЕ ПОДПРУГУ

Чтобы снять седло, расстегните подпругу с левой стороны и позвольте ей повиснуть, освободите мартингал, если он есть.

2 ПОДНИМИТЕ ПОДПРУГУ

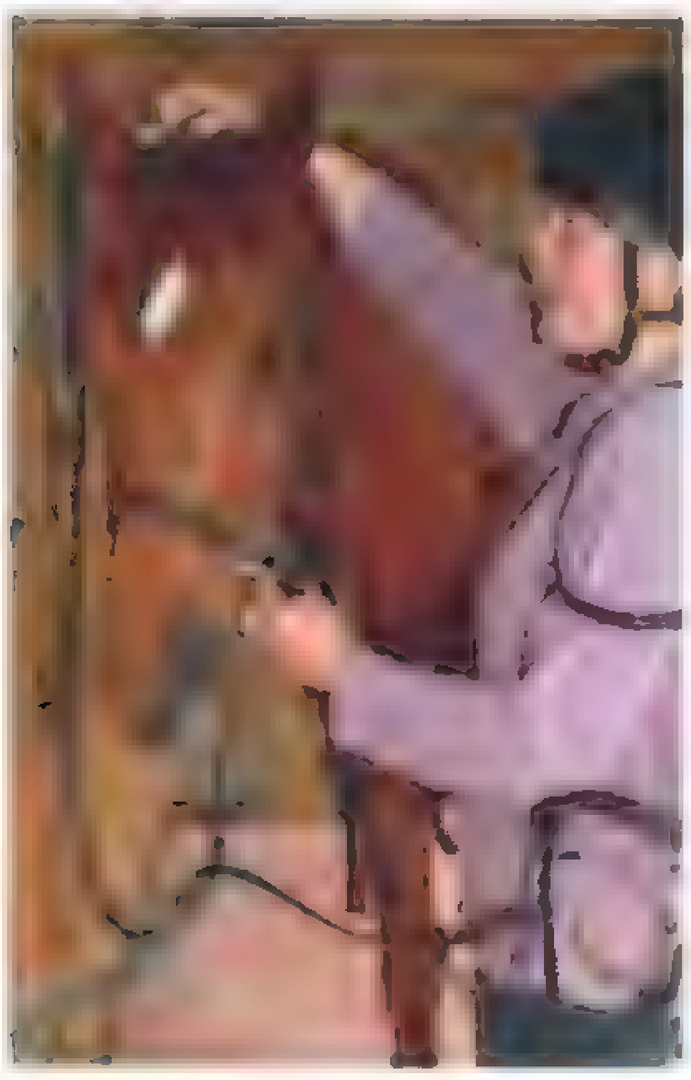
Обойдите лошадь и встаньте справа. Осторожно положите подпругу поверх седла нижней стороной вверх, чтобы грязь не попала на сиденье.

3 СНИМИТЕ СЕДЛО

С левой стороны, держа в левой руке вырез передней луки и потник (если есть), а заднюю луку – в правой, приподнимите седло и осторожно снимите, дав ему соскользнуть в вашу сторону.

НАДЕВАЕМ ОГОЛОВЬЕ

Убедитесь, что оголовье правильно собрано. Расстегните капсюль и освободите поводья из подбородного ремня (*см.* с. 58–59). Надевайте уздечку с левой стороны лошади, и пусть правильное и безопасное выполнение этого войдет у вас в привычку. Если лошадь после взнуздывания нужно привязать, наденьте недоуздок поверх оголовья.



1 СНИМИТЕ НЕДОУЗДОК

Повесьте уздечку на левое плечо, наденьте поводья на шею лошади. Расстегните и снимите недоуздок и повесьте его рядом.



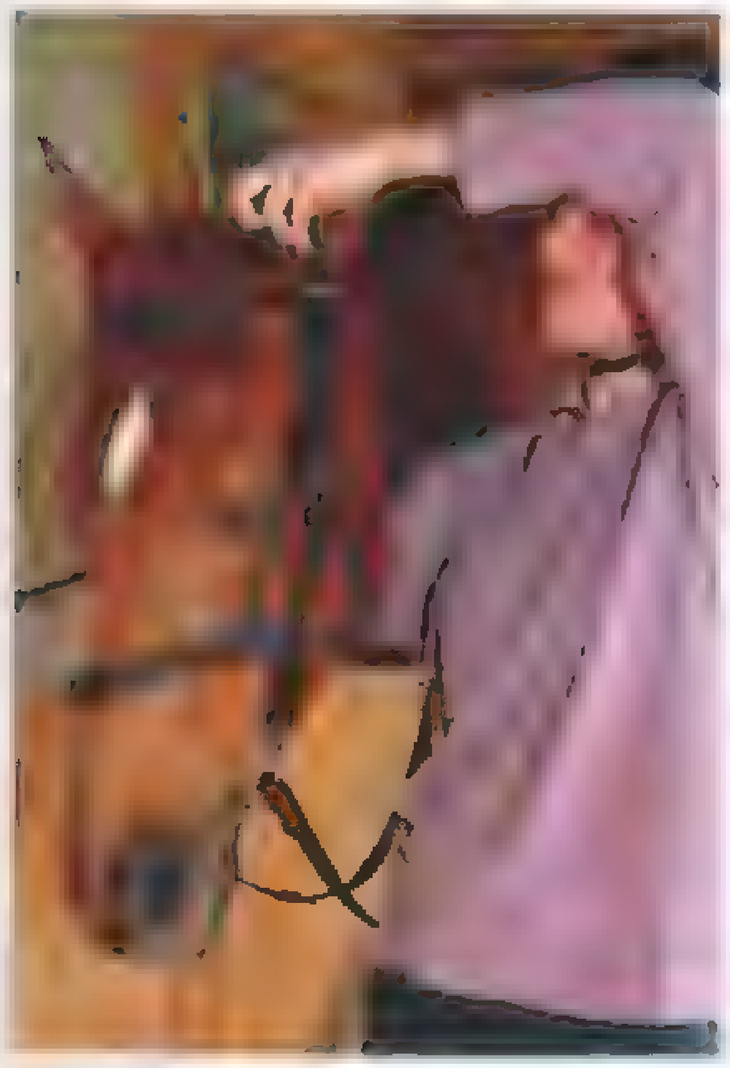
***Держите** нащечные ремни вместе под налобным ремнем*

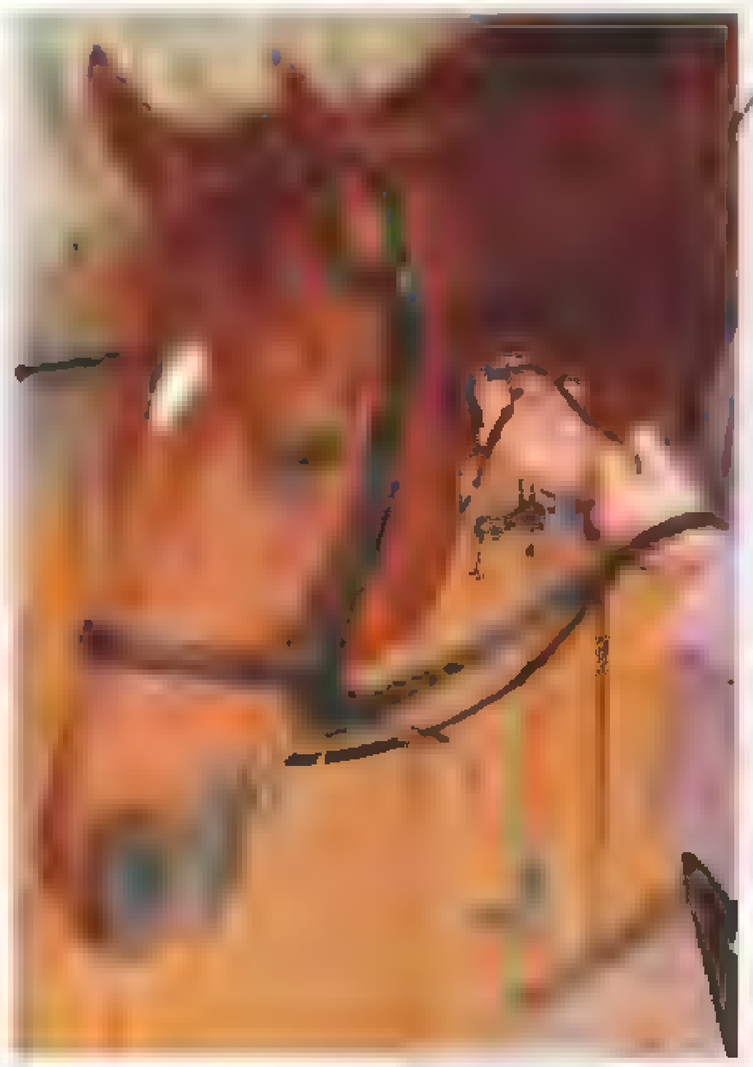
2 ВЛОЖИТЕ УДИЛА

Держите оголовье правой рукой и поднесите его к голове лошади снизу. Положите удила на большой и указательный пальцы левой руки. Поднесите их ко рту лошади и мягко попросите взять удила.

***Убедите** лошадь открыть рот мягким нажатием большого пальца в угол рта. В этом месте нет зубов, но все же соблюдайте осторожность*

***Никогда не пытайтесь** вложить удила в рот лошади силой*







***Между** подбородным ремнем и щекой лошади должны входить 4 пальца поперек – это достаточно туго, чтобы оголовье не сползало с головы лошади, но и не слишком туго, чтобы мешать движению и дыханию лошади.*

3 ЗАВЕДИТЕ ЗА УШИ

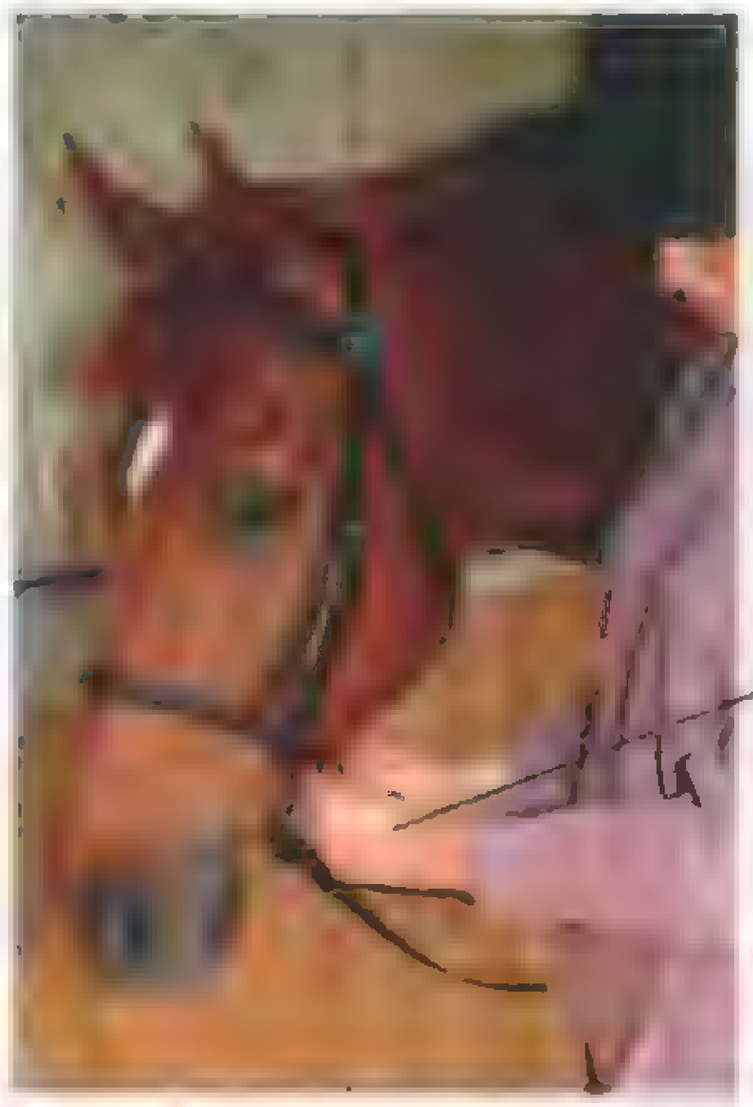
Как только лошадь взяла удила, поднимите оголовье вверх так, чтобы удила лежали в углах рта лошади. Поднимите затылочный ремень за уши лошади, аккуратно расправьте каждое ухо. Выправьте челку поверх налобного ремня; убедитесь, что не защемили волосы.

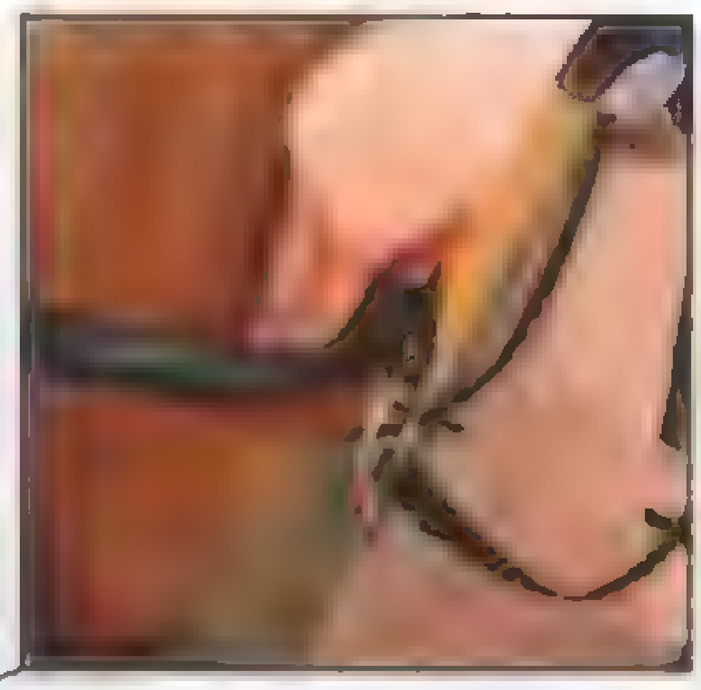
4 ЗАСТЕГНИТЕ ПОДБОРОДНЫЙ РЕМЕНЬ

Поймайте подбородный ремень под головой лошади. Убедитесь, что он не перекручен, затем застегните пряжку на левой стороне.

5 ЗАСТЕГНИТЕ КАПСЮЛЬ

Встаньте перед лошадью и убедитесь, что оголовье лежит ровно. Подгоните его, если нужно, затем застегните капсюль под подбородком лошади.





***Между** капсюлем и головой лошади **должны** входить 2 польца поперек.*

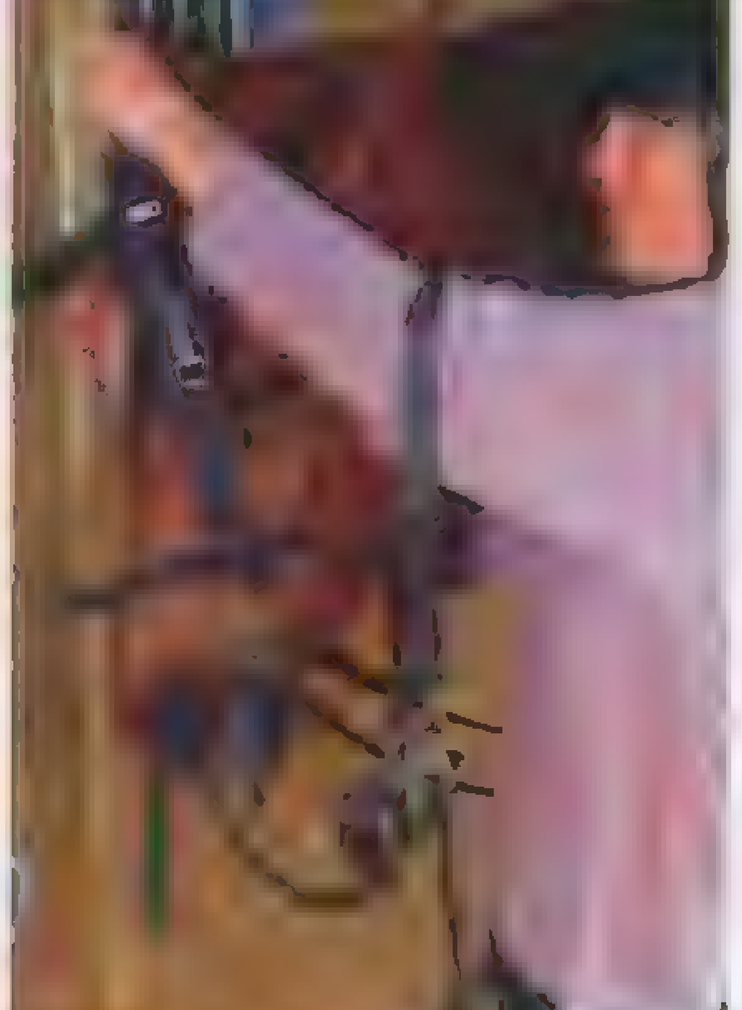
СНИМАЕМ ОГОЛОВЬЕ

Если вы расседлываете лошадь в конюшне, поверните ее головой к двери так, чтобы вам не пришлось обходить ее сзади, чтобы выйти. Если вы собираетесь надеть недоуздок, приготовьте его и, когда снимете уздечку, не снимайте поводья, пока не наденете его. Никогда не тяните удила изо рта лошади. Просто держите оголовье так, чтобы лошадь сама выпустила удила изо рта и они не ударили ее по зубам.



1 РАССТЕГНИТЕ РЕМНИ

Закиньте поводья на шею лошади. Расстегните капсюль и подбородный ремень, стоя слева.



2 СНИМИТЕ НАД УШАМИ

Держа оголовье за затылочный ремень, аккуратно снимите его над ушами, позволяя лошади самой выпустить удила.

СНАРЯЖЕНИЕ ДЛЯ ВЕСТЕРНА

Декоративные детали и сложные узоры – характерные черты современного снаряжения в стиле вестерн. Однако первоначально оно было сугубо утилитарным и делалось без украшений. Сейчас вестерн в основном ассоциируется с ездой для удовольствия и выступлениями на соревнованиях, и это отражается в снаряжении лошади и одежде всадника.

ОДЕЖДА В СТИЛЕ ВЕСТЕРН

Поскольку езда вестерн происходит от обычной работы, у нее нет установленной униформы. Обычно надевают удобную и функциональную одежду, отражающую стиль Старого Запада. На шоу, однако, всадник должен показать свою индивидуальность и стиль.

ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

Ковбойская шляпа – ключевой элемент гардероба. У нее широкие поля для защиты глаз всадника от солнца; она сделана из фетра или из соломы, чтобы впитывать пот. Однако шляпа не защищает от травм головы. Многие любители вестерна выбирают новый стиль шлемов для выездов в поле, похожий на шлемы английского стиля.



СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПА
Хорошая соломенная шляпа сделана из туго скрученных тонких волокон, поэтому сохраняет форму.



ФЕТРОВАЯ ШЛЯПА
Большинство фетровых шляп сделаны из кроличьего меха, обработанного для придания прочности.

БОТИНКИ ДЛЯ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Большинство всадников вестерна носят прочные ковбойские ботинки, которые защищают ноги при работе с лошадью с земли. У них закругленные носки, они бывают на шнурках или без них. Обязательно наличие каблука, предотвращающего проскальзывание и застревание ноги в стремени, что может быть опасным в случае падения.

Ковбойские сапоги

Ковбойские ботинки на шнурках



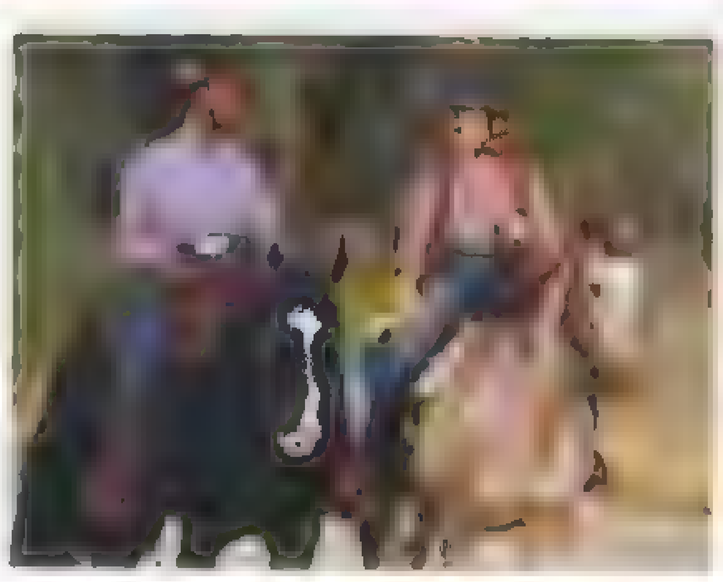
ДЖИНСЫ И РУБАШКИ

Большинство всадников носят джинсы, особенно популярны ковбойские фасоны. У ковбойских моделей завышенная талия, они свободнее в бедрах для удобства сидения в седле, внизу джинсы сильно расклешены, так, что нижний край брюк закрывает ботинки. Внутренний шов таких джинсов плоский, чтобы седло не натирало ногу. Тянущиеся ткани дают дополнительный комфорт.

Всадники обычно носят хлопковые рубашки с длинными рукавами, хотя в зависимости от погоды подходит любая одежда: от футболок до свитеров. Длинные рукава защищают всадника от солнца и от веток деревьев и кустарников.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не ездите** без головного убора, и лучше надевайте шлем даже в манеже. Как и другие виды конного спорта, вестерн связан с определенным риском.
- **Надевайте** легкий вентилируемый шлем, когда выезжаете в поле. Он должен иметь надежное крепление под подбородком и защитит голову в случае падения.
- **Надевайте** шлем, когда участвуете в скоростных соревнованиях, например в скачках вокруг бочек или между жердями.



Всадники в шлемах

ОДЕЖДА ДЛЯ ШОУ

В различных дисциплинах и соревнованиях есть свои особенности стиля одежды для выступлений, но, в общем, одежда довольно яркая, с узорчатыми рубашками и серебряными пряжками. Всадники обычно подбирают одежду в соответствии с мастью лошади.



ЯРКИЙ ОБРАЗ

На соревнованиях создайте неповторимый образ, выгодно оттеняющий ваши умения и достоинства вашей лошади.

***Рубашка должна** быть с длинными рукавами и светлого цвета, чтобы отражать солнечные лучи.*

***Ковбойские джинсы** традиционно имеют завышенную талию.*



ЧАПСЫ

Чапсы изобрели для защиты ног всадника от кустарников, веревок и изгородей. Они должны облегать бедра и ноги. Чапсы длинные и закрывают ботинки, даже когда всадник в седле.

ПОВСЕДНЕВНАЯ ОДЕЖДА

Одежда должна сидеть не слишком плотно, чтобы не стеснять движений, и не слишком свободно.

СЁДЛА ДЛЯ ВЕСТЕРНА

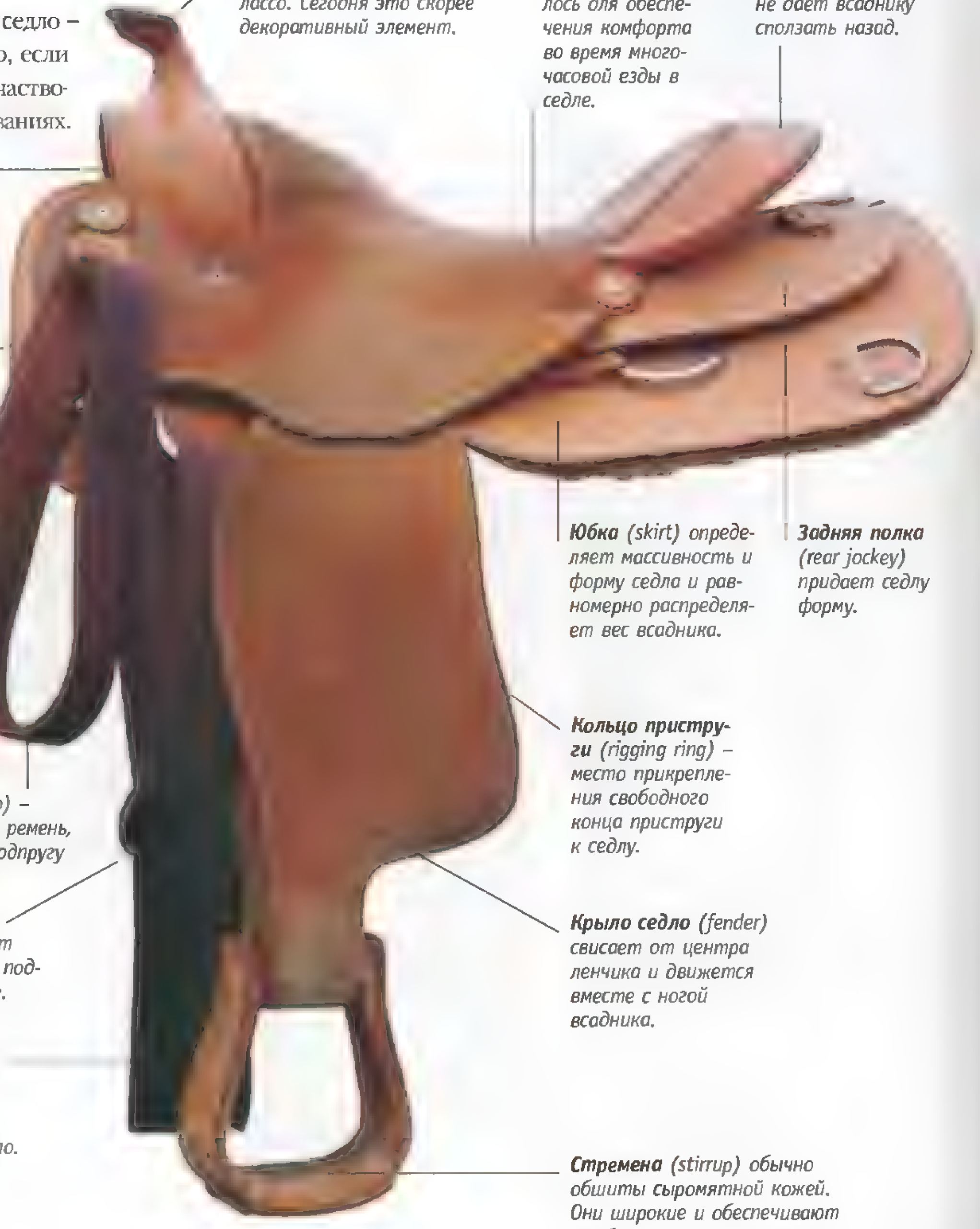
Универсальное седло для вестерна весит около 18 кг. Основная структура – ленчик, имеющий переднюю и заднюю луки и полки, покрытые кожей – часто сыромятной – для гибкости и прочности. Сёдла для вестерна бывают 3 размеров по ширине – quarter-horse, semi-quarter horse и full-quarter horse.

ПРИОБРЕТАЕМ СЕДЛО

Всадники, участвующие в соревнованиях, могут потратить тысячи долларов на седло ручной работы, но это не означает, что и вам для вестерна нужны такие затраты. Седла для вестерна бывают разных типов в зависимости от целей, но для начинающих и тех. кто не стремится участвовать в соревнованиях, лучше подходит универсальное рабочее седло, более плоское и дешевое, чем другие. Синтетические седла доступнее по цене и меньше весят. Хорошее седло отличает качественная работа и материалы, а не украшения или наценка «за фирму».

УНИВЕРСАЛЬНОЕ СЕДЛО

Универсальное седло – хороший выбор, если вы не хотите участвовать в соревнованиях.



***Рог** (horn) был нужен ковбоям, чтобы закреплять лассо. Сегодня это скорее декоративный элемент.*

***Сиденье** (seat) разрабатывалось для обеспечения комфорта во время многочасовой езды в седле.*

***Задняя лука** (cantle) не дает всаднику сползать назад.*

***Передняя лука** (pommel или swell) дает седлу прочность и возможность привязать лассо к рогу.*

***Передняя полна** (front jockey) придает седлу форму.*

***Юбка** (skirt) определяет массивность и форму седла и равномерно распределяет вес всадника.*

***Задняя полка** (rear jockey) придает седлу форму.*

***Кольцо пристружи** (rigging ring) – место прикрепления свободного конца пристружи к седлу.*

***Пристружа** (latigo) – длинный кожаный ремень, прикрепляющий подпругу к седлу.*

***Кольцо подпруги** (cinch ring) служит для прикрепления подпруги к приструге.*

***Крыло седло** (fender) свисает от центра ленчика и движется вместе с ногой всадника.*

***Подпруга** (cinch), или «цинча», проходит под животом лошади и закрепляет седло.*

***Стремена** (stirrup) обычно обшиты сыромятной кожей. Они широкие и обеспечивают стабильность и комфорт.*

Подвеска приструги *(latigo hanger) позволяет всаднику прикрепить длинный конец приструги сверху и спереди от ноги.*

Подперсье *(breastcollar) не дает седлу сползать назад, но оно скорее декоративно, чем функционально.*

Кольцо приструги *(rigging ring) различается у разных сёдел.*

ПРОГУЛОЧНОЕ СЕДЛО

Сёдла для прогулочной езды (класс соревнований, в котором оцениваются аллюры и выезженность лошади, англ. название «Pleasure riding») обычно довольно просты, хотя и отличаются многочисленными вариантами рогов, передней луки, сиденья и полок. У некоторых сёдел есть декоративные элементы, но обычно это прессованная фабричным способом кожа, орнамент на которой скрывает дефекты.



СЕДЛО ДЛЯ ШОУ

Одна из самых красивых черт седла для шоу – замысловатый узор на кожаных частях. Многие сёдла украшены серебром.



СЕДЛО ДЛЯ ПРОБЕГОВ

Седло для пробегов легче, дает лошади большую свободу движений и удобно для всадника.

ОГОЛОВЬЯ В СТИЛЕ ВЕСТЕРН

Оголовья, используемые в вестерне, разнообразны. Их можно подогнать, но существует 3 основных размера: для пони. арабской лошади и крупной лошади (pony size, Arab size, horse size). Некоторые модели используются в определенных дисциплинах, другие подбираются в зависимости от опыта и темперамента лошади.

ОГОЛОВЬЕ ДЛЯ ВЕСТЕРНА

Оголовье в вестерне очень простое, без капсюля, часто без подбородного ремня и с ушной петлей, заменяющей налобный ремень. Для обучения и ежедневной езды такое оголовье используется чаще всего.

Большинство уздечек имеет раздельные поводья. Они состоят из 2-х ремней, но, в отличие от английского стиля, концы их не скреплены. Их держат 2-мя руками так, чтобы концы их перекрещивались над шеей лошади или в 1-й руке над рогом седла (*см.* с. 220).

ТРЕНЗЕЛЬ

Для обучения и прогулок обычно используют трензель. Как и в английском стиле, трензель не имеет явного рычажного действия, он оказывает прямое давление на углы рта и язык лошади. Обычно используется трензель с круглыми подвижными кольцами с составным грызлом.



Ушная петля *(ear loop) охватывает одно из ушей лошади*

Щечный ремень *(cheek piece) можно подогнать, чтобы обеспечить правильное положение удил во рту лошади*

Трензель с круглыми кольцами *(O-ring snaffle) – основной тип для обучения и ежедневной езды*

ОГОЛОВЬЕ ДЛЯ ВЕСТЕРНА

Обычное оголовье в стиле вестерн не имеет капсюля и налобного ремня, вместо этого у него есть ушные петли, охватывающие одно или оба уха.



САЙД-ПУЛЛ

Сайд-пулл оказывает давление на боковые поверхности головы лошади при натяжении поводьев благодаря переносному ремню и ремешку под челюстью.



МУНДШТУЧНОЕ ОГОЛОВЬЕ

Мундштук оказывает давление не только на дёсны лошади, но и на язык, нёбо, а ремни оголовья на подбородную ямку и затылок.



БОСАЛ И МЕКАТЕЙ

Комбинация босала и мекатея работает как бестрензельная уздечка. Босал воздействует на переносицу сильнее, чем узел на подбородную ямку.

ТИПЫ УЗДЕЧЕК

Сайд-пулл (side-pull) – это бестрензельная уздечка, часто используемая при тренинге лошадей для вестерна. Затылочный ремень плотно прилегает к голове лошади, а поводья прикрепляются по бокам головы. Он работает, оказывая прямое давление, что означает, что если всадник набирает правый повод, то и лошадь пойдет направо.

На более опытной лошади используется мундштучное оголовье. Лошадь, которая работается на мундштучном оголовье, реагирует на легкие прикосновения поводом к шее (нек-рейнинг). Мундштук обычно имеет округлый изгиб (надъязычную дугу) в середине. Низкий языковой элемент дает больше простора для языка, высокий оказывает давление на нёбо. В руках неопытного всадника мундштук может быть слишком жестким средством управления: лошади нужен лишь легкий посыл.

Босáл (bosal) – плетеный сыромятный капсюль, прикрепленный к оголовью. Он имеет каплевидную форму, и его концы сходят в узел под подбородком лошади.

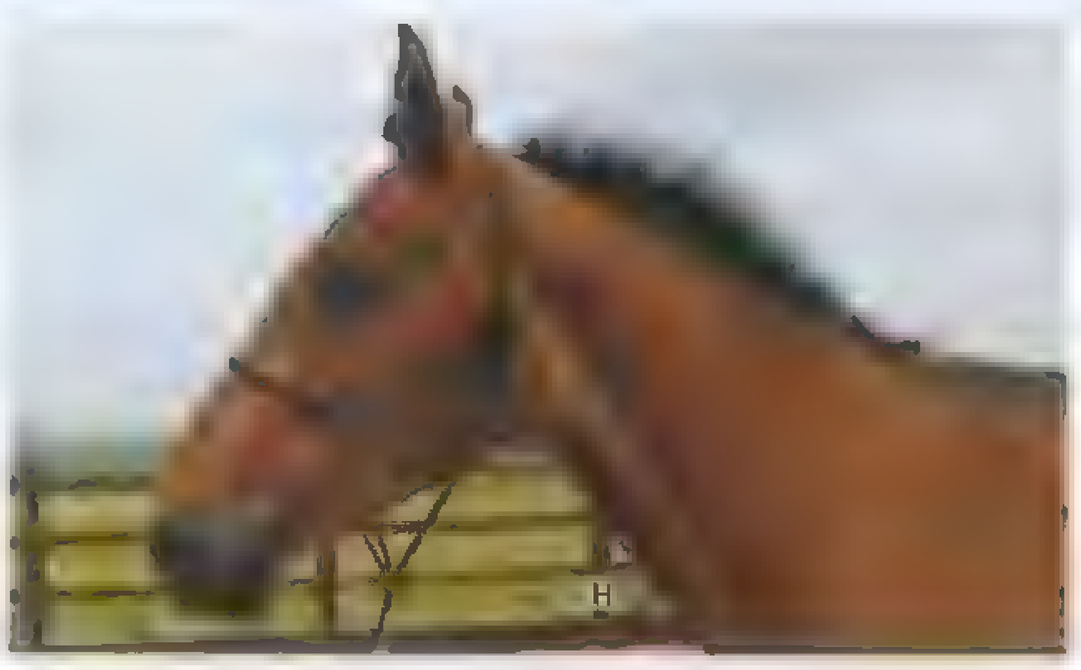
Мекáтей (mecate) – тяжелая веревка, привязанная к подбородному узлу и используемая как повод или чумбур. Всадник держит поводья двумя руками, и лошадь чувствует, как он подбирает поводья, по движению босала.

Механический хакамор, в английском стиле называемый просто хакамор (*см.* с. 59) – бестрензельная уздечка, с помощью которой в вестерне управляют 1 или 2 руками. У него обычно есть рычаги, и он оказывает давление на затылок, подбородок и нос лошади. Он дает всаднику сильный контроль над лошадью и поэтому часто используется для сильных лошадей на соревнованиях или при полевой езде

ВИДЫ СНАРЯЖЕНИЯ

ВЕРЕВОЧНЫЙ НЕДОУЗДОК

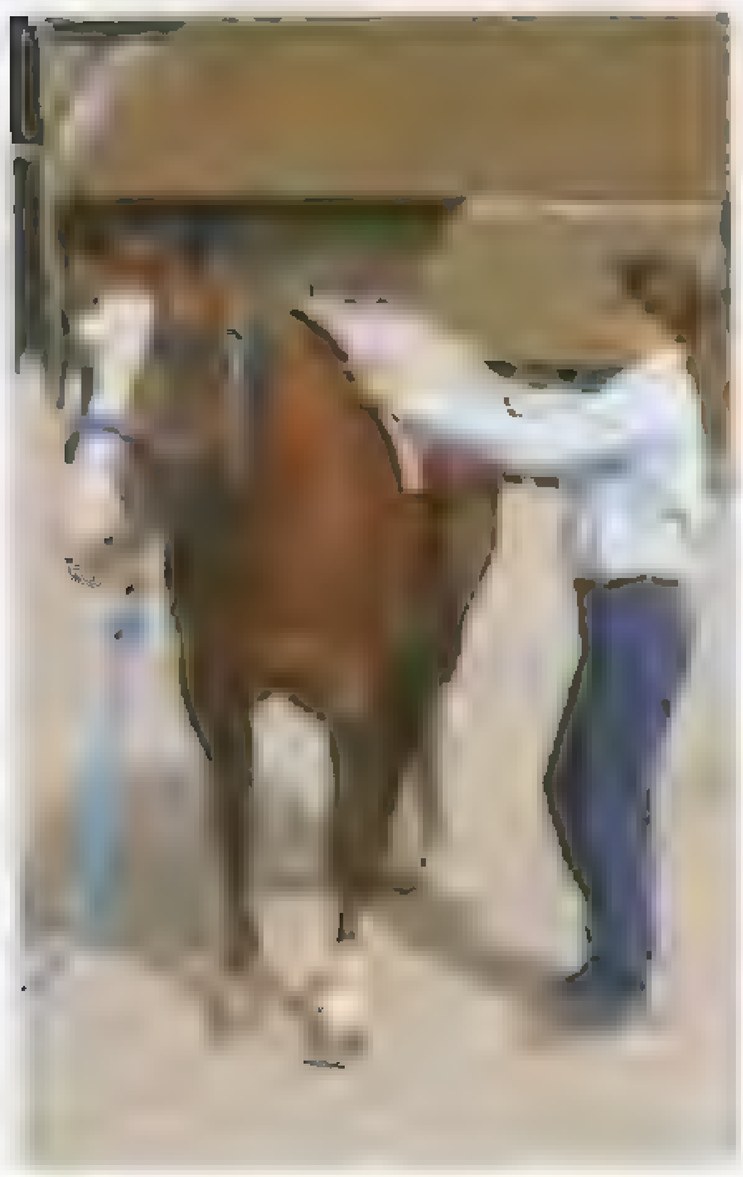
Большинство тренеров вестерна используют обычные недоуздки, чтобы вести лошадь (*см.* с. 64–65), но некоторые предпочитают веревочный вестерн-недоуздок. Он дает немного больше контроля, оказывая давление на голову и нос лошади. Веревочный недоуздок имеет быстро развязывающийся узел на щеке лошади. Сзади он должен проходить сразу за ушами, а переносный ремень – лежать на 2 пальца ниже скулового гребня.



Лошадь в веревочном недоуздке

СЕДЛОВКА

Седло вестерн тяжелое и громоздкое, поэтому подержите его в руках, привыкните к его весу и размеру, прежде чем класть на спину лошади. Лучше всего попрактикуйтесь сначала на бочке или заборе. Повесьте правое стремя и подпругу на рог седла, чтобы они не попали под седло.



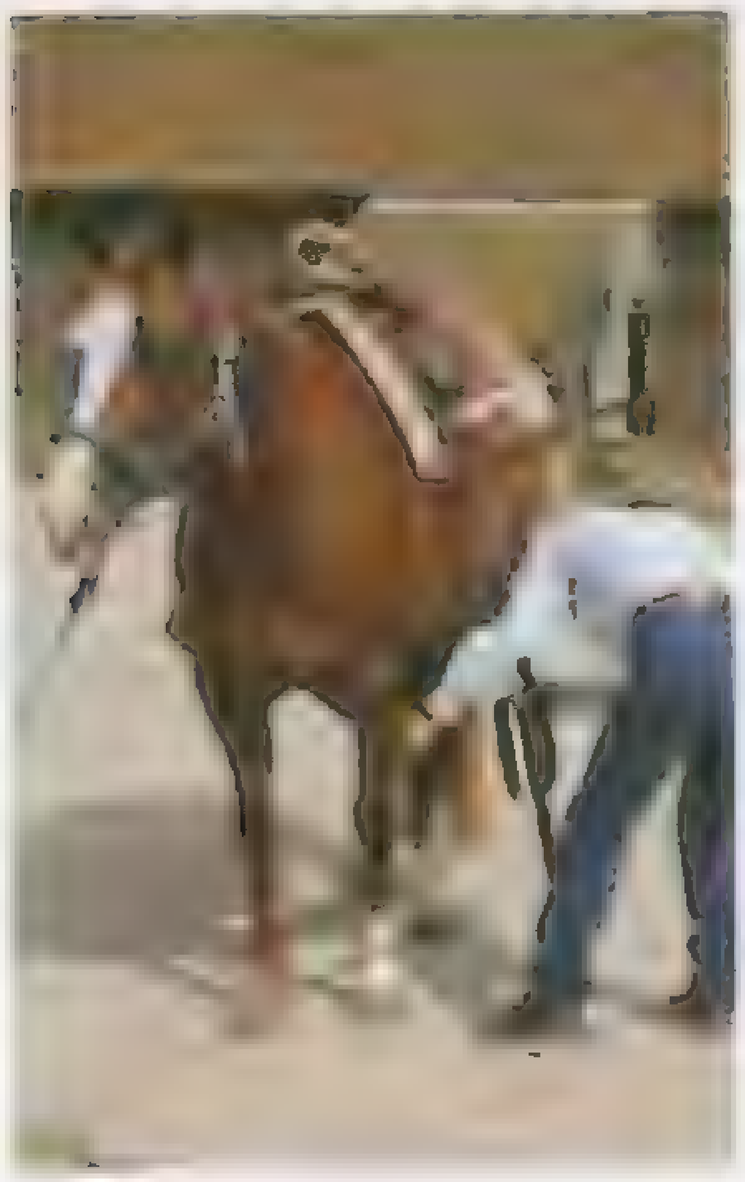
1 ПОЛОЖИТЕ ВАЛЬТРАП
Стоя слева, положите вальтрап (saddle pad) выше холки лошади, затем сдвиньте его на место: передний край сразу за высшей точкой холки.



2 ПОЛОЖИТЕ СЕДЛО
Держа седло на уровне бедер одной рукой за переднюю луку, а другой – за юбку, широким движением поднимите его вверх и направо и мягко опустите на спину.



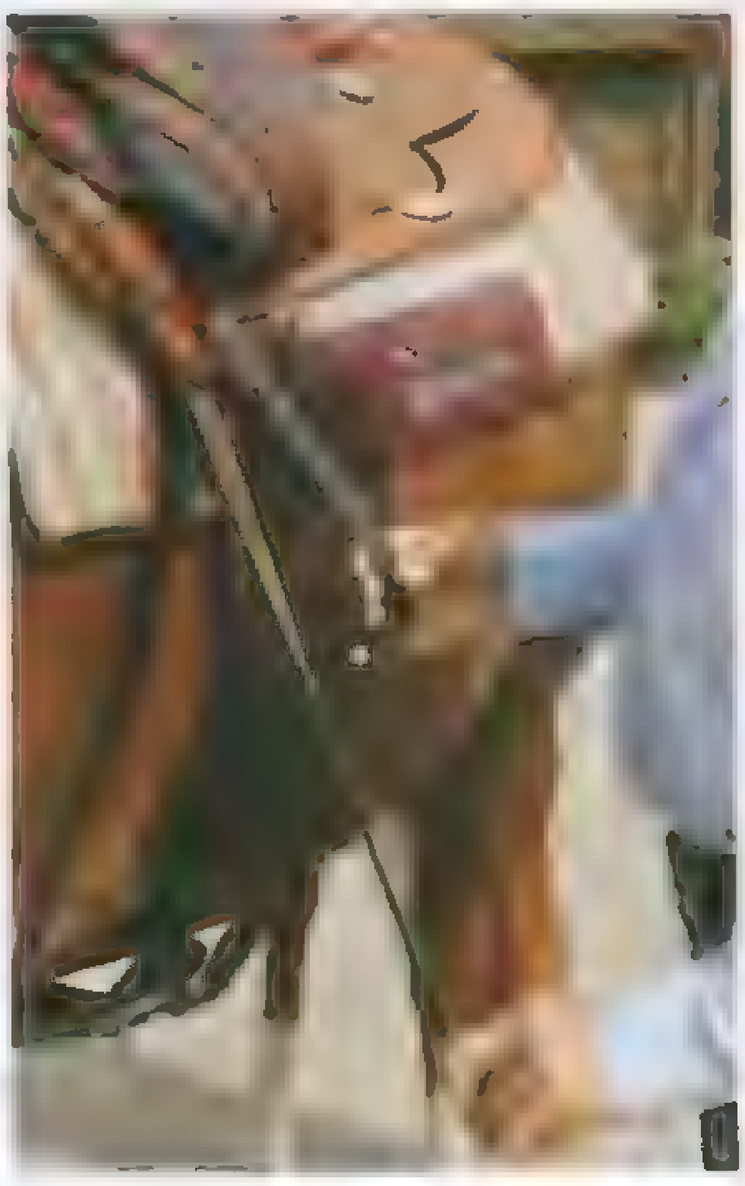
3 ЗАФИКСИРУЙТЕ СТРЕМЕНА
Отпустите подпругу и опустите стремя на правой стороне. Повесьте левое стремя на рог, пока затягиваете подпругу.



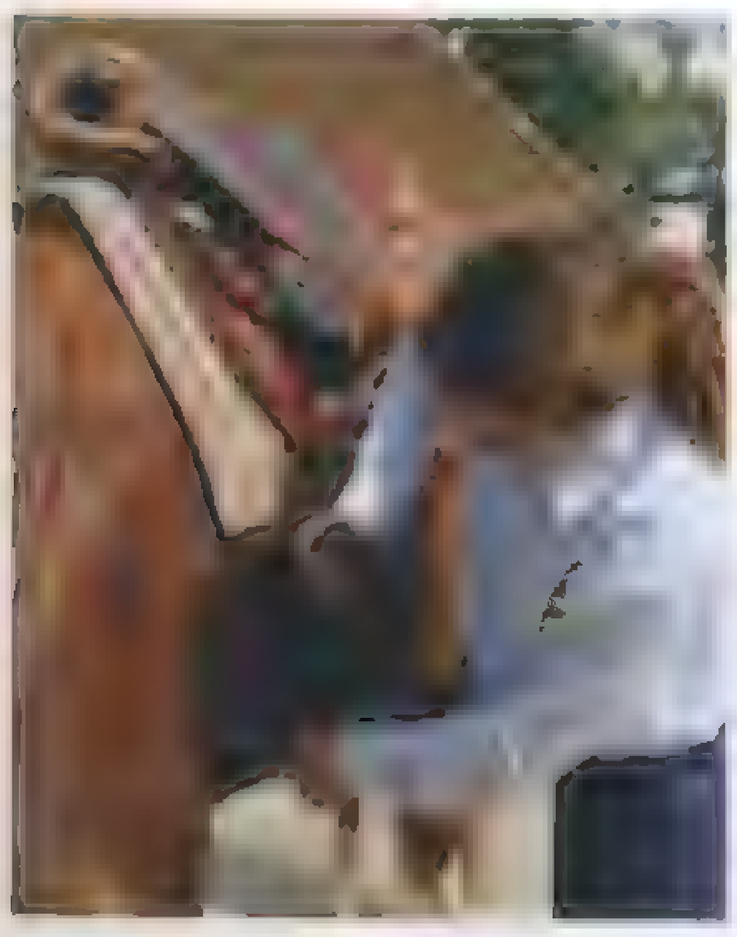
4 РАЗМЕСТИТЕ ПОДПРУГУ
Поймайте конец подпруги, протяните ее под животом лошади и подтяните ее конец к себе.



5 ПРОТЯНИТЕ ПРИСТРУГУ
Затем возьмите пристругу и протяните ее через кольцо или пряжку подпруги.



6 ЗАТЯНИТЕ ПРИСТРУГУ
Подтяните пристругу вверх и протяните ее через кольцо приструги, затем снова через кольцо подпруги.



7 ЗАСТЕГНИТЕ ПРЯЖКУ

Туго затяните пристругу и закрепите ее на кольце подпруги. Ваша рука должна проходить между подпругой и животом лошади. (Подпруги седла для вестерна трудно подтянуть, уже сидя в седле, проверьте их прежде, чем садиться на лошадь.)

8 ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Наконец, протяните конец пристружи через кольцо пристружи еще раз.



СНИМАЕМ СЕДЛО

Порядок действий такой же, как при седловке, – но в обратном порядке. Снять седло гораздо легче, вам не нужно будет поднимать его высоко, но не забывайте, что оно очень тяжелое. Тем не менее вам придется выполнить предварительные действия, чтобы, когда вы снимете седло, ремни, стремена и пряжки не ударили лошадь.



1 ПОДНИМИТЕ ПРИСТРУГУ

Развяжите пристругу и сложите ее свободным узлом. Оберните ее конец вокруг узла и протяните сквозь кольцо пристружи, закрепив ее.



2 ПОДНИМИТЕ ПОДПРУГУ

С правой стороны поднимите подпругу, повесив подпругу за кольцо на седло.



3 СНИМИТЕ СЕДЛО

Снимайте седло на левую сторону. Положите руки под вальтрап. Немного поднимите седло и снимите его вместе с вальтрапом.

ВЗНУЗДЫВАНИЕ

Следует позаботиться не только о правильной подгонке снаряжения, но и о том, чтобы оно не вызывало дискомфорта, когда вы надеваете его на лошадь. Взнуздывая лошадь, стойте с левой стороны от нее. Оголовье в вестерне простое и надевается несложно.



1 ВОЗЬМИТЕ УЗДЕЧКУ

Держа поводья левой, а оголовье правой рукой, пронесите его под подбородком лошади и спокойно положите руку с уздечкой ей на нос.



2 ПРЕДЛОЖИТЕ УДИЛА

Перекиньте поводья через шею лошади, затем возьмите левой рукой удила, не захватывая ремешок мундштука.



3 ОТКРОЙТЕ РОТ ЛОШАДИ

Держите левую руку раскрытой перед ртом лошади, слегка нажмите большим пальцем в утлу ее рта, чтобы она открыла рот.



4 ПОДТЯНИТЕ ОГОЛОВЬЕ

Постарайтесь, чтобы удила не ударили по зубам, когда вы вкладываете их в рот лошади, и подтяните оголовье.



5 ЗАКРЕПИТЕ НА УШАХ

Расположите оголовье за ушами лошади и аккуратно просуньте каждое ухо в ушную петлю.

6 ПРОВЕРЬТЕ ПОДГОНКУ

Удила должны образовывать легкие морщинки в углах рта. Ремешок мундштука не должен оказывать воздействие, пока всадник не натянул поводья.



Серебряные украшения, *например пряжки и шлёвки, обычны на уздечках для шоу.*

Ремешок мундштука *усиливает действие повода в зависимости от того, как он подогнан.*

СНИМАЕМ УЗДЕЧКУ

Снимайте уздечку, стоя слева. Это легче, чем взнуздывание, поскольку лошадь сама выпустит удила изо рта, когда вы будете снимать оголовье. Некоторые всадники в спешке слишком быстро снимают оголовье, при этом удила бьют по зубам лошади. Через некоторое время лошадь может начать бояться прикосновений к голове и не давать одевать уздечку. Но если вы снимаете оголовье осторожно и медленно, лошадь послушается и отдаст удила. Если есть подбородный ремень, как на английском оголовье (*см.* с. 58–59), сначала расстегните его, а затем снимайте оголовье.



1 СНИМИТЕ ОГОЛОВЬЕ

Расстегните подбородный ремень, если он есть. Слегка поднимите оголовье за затылочный ремень, перенесите его через уши лошади и подождите.

2 ОСВОБОДИТЕ УДИЛА

Позвольте лошади самой выпустить удила изо рта. Обычно это происходит сразу же, но если нужно, дайте лошади время.

УХОД ЗА ЛОШАДЬЮ

ПОТРЕБНОСТИ ЛОШАДИ

Лошади нужны забота, внимание и регулярный уход. Основное требование – четкий распорядок дня: поите, кормите, чистите лошадь и выводите ее на прогулку в определенное время. Копыта требуют регулярного осмотра коваля, но ответственность за раннее предупреждение всех возможных проблем лежит на вас.

ХОРОШИЕ УСЛОВИЯ

Независимо от того, содержится ли лошадь в конюшне или в поле, работает она или отдыхает, вы обязаны обеспечить ей оптимальные условия. Все лошади ценят четкий распорядок дня, но большинство не любит, когда к ним слишком часто прикасаются или беспокоят по пустякам.

Лошади, содержащейся в конюшне, зимой потребуется попона (*см.* с. 94–95), но некоторые обрастают густой шерстью. Эти требования варьируют в зависимости от породы, условий содержания, ваша задача – создать оптимальные условия именно для вашей лошади. После езды, особенно если работа была тяжелой, позаботьтесь о лошади прежде, чем о себе.

Лошадь не может долго стоять в конюшне. Как минимум, ей будет скучно, и она станет неуправляемой, в худшем случае появляются проблемы со здоровьем. Если лошадь содержится в конюшне, но на ней не ездят верхом, выпускайте ее погулять в поля (норма – 5 часов в день) или давайте другую нагрузку – например работайте на корде.





ДВИЖЕНИЕ И СВОБОДА

Лошадям нужно пространство для движения, чтобы «выпустить пар» и поваляться. Регулярные прогулки в поле – лучшее средство.

РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ

Неважно, как и где содержится лошадь – каждый день проверяйте наличие повреждений, поднимайте ноги и осматривайте копыта (*см.* с. 90–91) – это так же обязательно, как кормление и поение. Практичное решение – содержание лошади днем на пастбище, а ночью – в конюшне, особенно если вы не ездите верхом каждый день; вам только нужно убирать денник 1 раз в день и можно давать сено и другие корма утром и вечером. Если лошадь содержится в конюшне целый день, убирайте денник дважды в день и кормите не менее 3 раз. Лошадь, содержащаяся в поле, требует осмотра 1–2 раза в день. Осмотрите, нет ли повреждений и травм, расчистите копыта, проверьте, достаточно ли воды для лошади и прочны ли изгороди пастбища.

НАБЛЮДЕНИЕ ВЕТЕРИНАРА

Когда вам нужно вызвать ветеринара, приведите лошадь в конюшню или другое замкнутое пространство и хорошо почистите, чтобы ветеринар мог ее тщательно осмотреть.

ПРОВЕРЬТЕ

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

- Хорошие условия содержания, много воды и корма, дополнительное питание в зависимости от потребностей, внимание к здоровью, особенно к ногам.
- Распорядок дня, который понятен лошади, и тренер, который пользуется ее доверием и уважением.
- Общество других лошадей или крупных животных, например коров.
- Укрытие от плохой погоды – конюшня, навес, изгородь и/или попона.

ХОРОШЕЕ СНАРЯЖЕНИЕ

У каждой лошади должны быть свои седло и уздечка, правильно подогнанные и в хорошем состоянии.



ДАЙТЕ ЛОШАДИ ОБЩЕСТВО

Лошади – табунные животные, они любят общество и плохо переносят содержание в одиночестве. Поэтому необходимо тренировать их как в одиночестве, так и в присутствии других лошадей, поскольку для них естественно наблюдать иерархию в табуне, где одна лошадь главная. Всадник или тренер берет на себя роль доминанта, и лошадь знает, что она может доверять вам и полагаться на вас, что вы обеспечите ей питание и защиту. Знайте, когда ваша лошадь заслуживает похвалы, и всегда будьте терпеливы, когда общаетесь с ней.

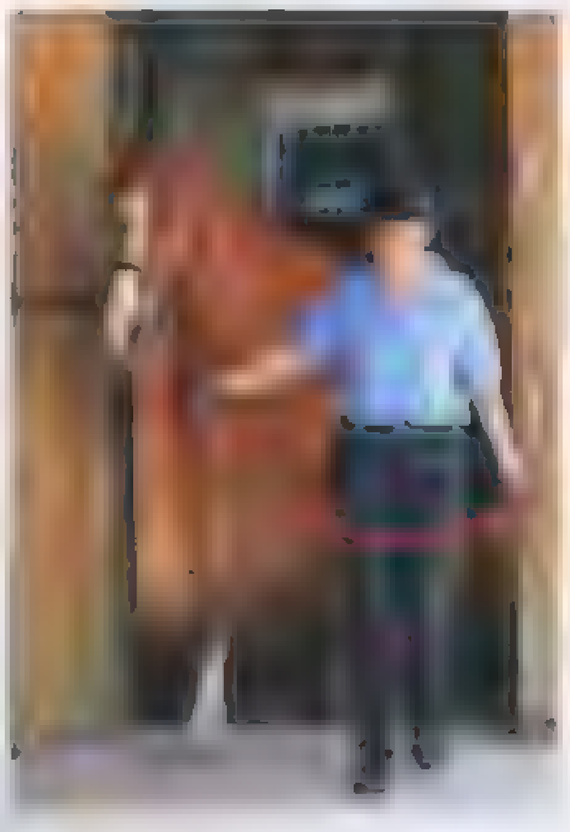
Постарайтесь обеспечить лошади общение с другими лошадьми или другими животными. Лошади, содержащиеся в благоприятных условиях, знакомые с иерархией, легче в обращении, чем одинокие, испытывающие стресс лошади. Известны случаи, когда скаковые лошади отказывались идти куда-либо без верного друга – даже овцы или цыпленка!

ВОЖДЕНИЕ В ПОВОДУ

Большинству из нас когда-либо приходилось вести лошадь – например, на поле или с поля, по двору, в денник и из него, проводить лошадь рысью при ветеринарном осмотре. Недоуздок обеспечивает безопасность в большинстве ситуаций дома, но на дороге или на соревнованиях для большего контроля нужна уздечка.

ВОЖДЕНИЕ В ПОВОДУ

Обычно лошадь ведут с левой стороны, хотя ей может понравиться и вождение с правой стороны. Встаньте перед плечом лошади и возьмите чумбур около головы лошади правой рукой. Держите его свободный конец левой рукой: никогда не обматывайте его вокруг руки – вы можете получить травму, если лошадь неожиданно помчится вперед.



ИЗ КОНЮШНИ

Убедитесь, что двери достаточно широки, чтобы вы прошли вместе с лошадью. Не позволяйте ей ни опрокать вас, ни отставать.



ПЛЕЧОМ К ПЛЕЧУ

Вождение у плеча лошади дает наилучший контроль. Из этой позиции вы легко контролируете скорость движения.

Держите *свободный конец чумбура левой рукой.*

Никогда не оборачивайте *чумбур вокруг руки – так вы можете сильно повредить пальцы, если лошадь неожидонно помчится вперед.*



ВОЖДЕНИЕ НА УЗДЕЧКЕ

Перебросьте поводья через шею лошади. Держите их около подбородка лошади правой рукой, разделив их указательным пальцем. Другой рукой держите свободный конец поводьев.

ПРИВЯЗЫВАНИЕ ЛОШАДИ

Единственный безопасный узел для привязывания лошади ремонтёрский. Его легко развязать в случае срочной необходимости. Всегда привязывайте чумбур к развязке из рвущейся тесьмы: если лошадь резко осадит от испуга, тесьма порвется, и лошадь не получит серьезных травм.



ПРИВЯЗЫВАЙТЕ БЕЗОПАСНО

Опора, к которой вы привязываете лошадь, должна быть достаточно прочной. Верёвку делайте короткой, оставляющей лошади небольшую свободу движений.

ТЕХНИКА

ЗАВЯЗЫВАЕМ ЧУМБУР БЕЗОПАСНЫМ УЗЛОМ

Для наглядности здесь показано, как завязать безопасный узел на кольце. На практике вы всегда должны привязывать конец чумбура за развязку, привязанную к кольцу.

Шаг 1. Протяните рабочий конец через петлю развязки и поместите его перед чумбуром, чтобы получилась петля.

Шаг 2. Сделайте вторую петлю на рабочем конце и просуньте ее в первую.

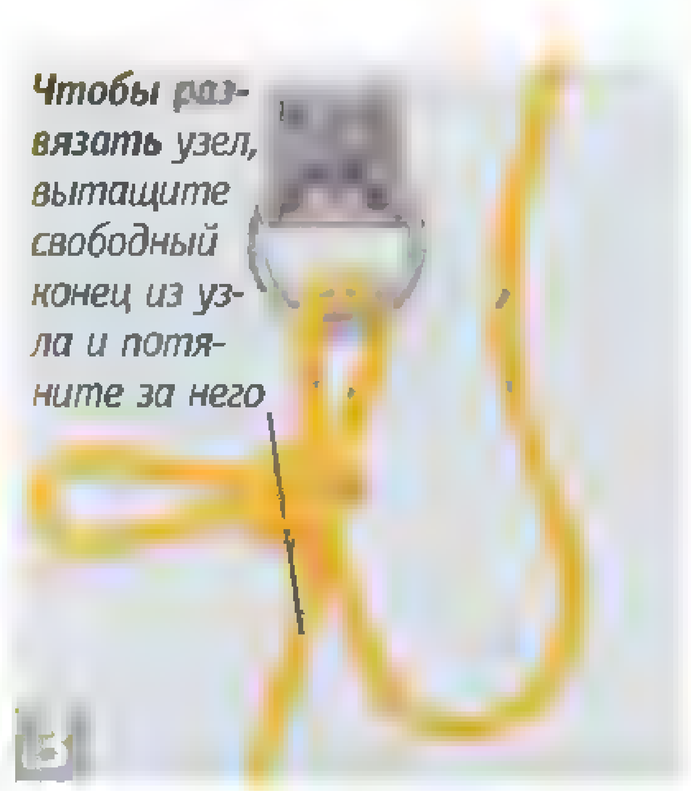
Шаг 3. Затяните вторую петлю, чтобы завязать узел. Просуньте конец чумбура в эту петлю, чтобы узел не развязался сам.



Сделайте петлю



Сделайте вторую петлю



Узея готов

ЧИСТКА

Регулярная чистка необходима, за исключением тех случаев, когда лошадь проводит в поле все время, в этом случае вы должны удалять грязь перед ездой. Вы должны чистить копыта не реже 1-го раза в день и протирать глаза и ноздри влажной губкой. Не мойте лошадь слишком часто, это может привести к раздражению кожи.

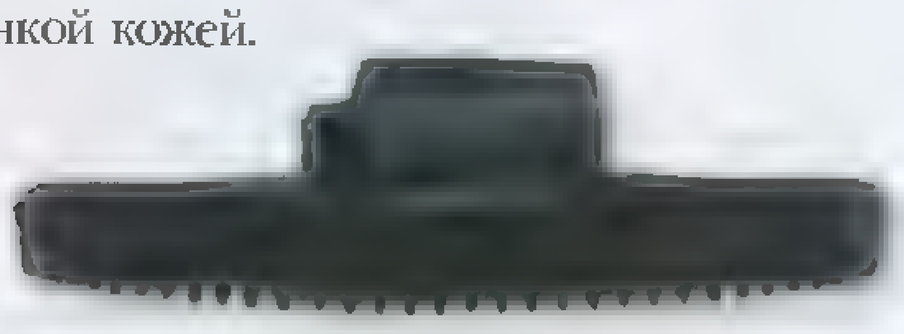
ПРЕДМЕТЫ УХОДА ЗА ЛОШАДЬЮ

Инструменты прослужат дольше, если содержать их в чистоте и сухости, когда они не используются. В идеале у каждой лошади должен быть свой набор инструментов, хотя в больших конюшнях это не очень практично. Перед чисткой привяжите лошадь в безопасном, хорошо проветриваемом месте, чтобы пыль не летела ей в глаза и нос.



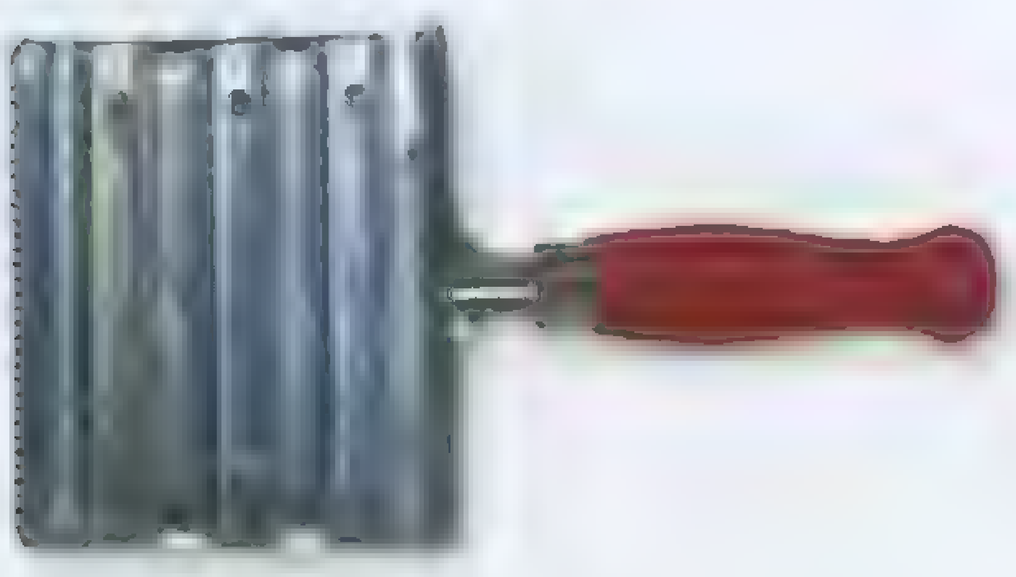
ЖЕСТКАЯ ЩЕТКА

Используйте щетку с длинной жесткой щетиной, чтобы удалить засохшую грязь с лошадей с густой шерстью. Она не подходит для лошадей с тонкой кожей.



РЕЗИНОВАЯ СКРЕБНИЦА

Резиновая скребница используется, чтобы разрыхлить грязь на шерсти или для массажа.



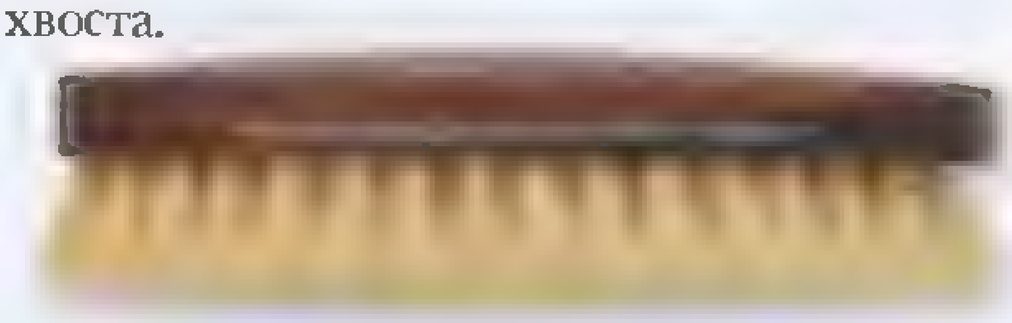
МЕТАЛЛИЧЕСКАЯ СКРЕБНИЦА

Не используйте металлическую скребницу для чистки лошади. Она используется только для очистки щетки от пыли и грязи.



ОБЫЧНАЯ ЩЕТКА

Используйте щетку с более короткой и мягкой щетиной для удаления пыли и отмерших частичек кожи с шерсти, а также для чистки гривы и хвоста.



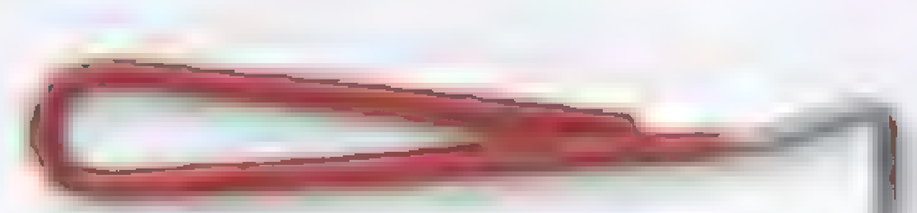
ЩЕТКА ДЛЯ МЫТЬЯ

Используйте влажную щетку для мытья лошади, чтобы пригладить гриву и хвост или соскрести грязь с копыт. Ее щетина слишком жесткая для шерсти.



КОПЫТНОЕ МАСЛО

Используйте копытное масло только в особых случаях, например, когда вы хотите улучшить их внешний вид. Иногда полагают, что копытное масло увлажняет роговое вещество, но в целом его действие лишь косметическое.



КРЮЧОК ДЛЯ ЧИСТКИ КОПЫТ

Необходимый предмет ухода за лошадью. Копыта необходимо раскрючковывать не реже 1-го раза в день, удаляя из них грязь и камешки

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМА ЧИСТКА

Регулярная чистка помогает содержать кожу и шерсть лошади здоровой и чистой. Она усиливает тонус мышц, циркуляцию крови и лимфы. Однако если лошадь содержится на улице постоянно, не следует чистить ее слишком часто. Ей необходима естественная жировая смазка для защиты от непогоды.



СКРЕБОК ДЛЯ ПОТА

Скребок для удаления пота используется для отжимания воды и пота с лошадиной шерсти, что позволяет ей высохнуть быстрее.

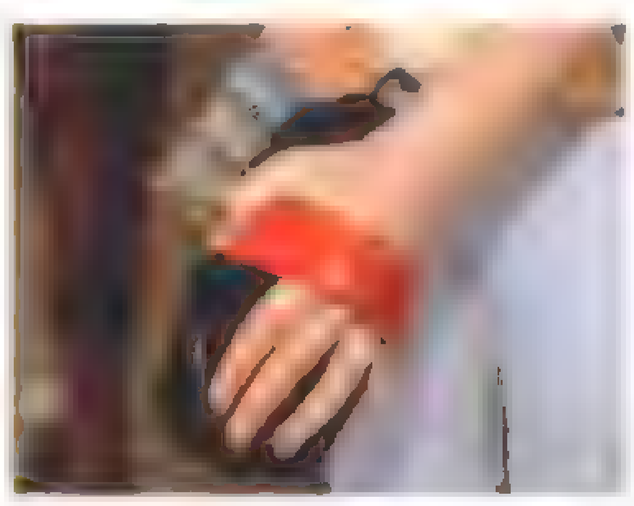
ГУБКИ

Одна губка должна использоваться только для глаз и ноздрей, другая – для промежности и сильного загрязнения.

ТЕХНИКА

ЧИСТКА ЩЕТКОЙ

Очищайте щетку после каждых нескольких взмахов. Быстрым движением проведите щеткой по металлической скребнице так, чтобы пыль не летела на вас.



Очистите щётки скребницей

ЧИСТКА ЛОШАДИ

Обычно лошадь чистят до прогулки, чтобы выглядеть аккуратно, но лошадь конюшенного содержания нелишне почистить и после езды – с разогретой лошади отмершие частички кожи удаляются легче. Чистка включает также чистку копыт и протирание глаз, ноздрей и промежности.



ЧИСТИМ ЩЕТКОЙ

Начинайте чистку с левой стороны с затылка лошади, держа щетку в левой руке. Чистите с силой, уверенно. Используйте круговые движения и движения по направлению роста волос.



ЧИСТИМ ГОЛОВУ

Используйте мягкую щетку. Сначала почистите вокруг недоуздка или снимите недоуздок на короткое время и застегните его на шее лошади. Придерживайте голову лошади свободной рукой.



ЧИСТИМ ГРИВУ

Сначала почистите гриву, потом – шею. Закиньте гриву на другую сторону шеи и почистите гребень шеи под ней, затем верните гриву на место и расчешите, начиная от затылка



ЧИСТИМ ХВОСТ

Встаньте сбоку лошади. Держите волосы рукой, чтобы не дергать их за корни. Распутывайте узлы пальцами, чтобы не повредить волосы.



ЧИСТИМ МОРДУ ГУБКОЙ

Удалите грязь вокруг глаз, из ноздрей и с губ лошади чистой влажной губкой. Работайте осторожно и мягко, особенно рядом с глазами, и используйте только чистую пресную воду.

УХОД ЗА КОПЫТАМИ

Часть копыта, которую вы видите, когда копыто стоит на земле, называется копытной стенкой. Она образована мертвым веществом, как наши ногти, и защищает чувствительные органы, включая сухожилия и кости. В центре подошвы находится мягкая V-образная стрелка, которая поглощает удары о землю.

ПОДНИМИТЕ НОГУ

Хорошо обученная лошадь послушно поднимает ноги. Чтобы поднять левую переднюю ногу, встаньте левым плечом к левому плечу лошади. Согните колени, держите спину прямо, а голову – подальше от копыт. Для правой передней ноги повторите процедуру зеркально.



1 ПРОВЕДИТЕ РУКОЙ
Положите левую руку на верхнюю часть ноги лошади и, одним плавным движением, проведите рукой вниз ниже запястного сустава. Затем перейдите на внутреннюю поверхность ноги и опустите руку до путового сустава.



2 ВОЗЬМИТЕСЬ ЗА СУСТАВ
Когда ваша рука дошла до путового сустава, слегка сожмите его или слегка надавите на его внутреннюю поверхность, и скажите «ножку!», чтобы лошадь подняла ногу.



3 ВОЗЬМИТЕ КОПЫТО
Лошадь должна поднять ногу, перенеся вес тела на 3 ноги. Если лошадь не дает ногу, обопритесь на ее плечо, чтобы «подсказать», и попытайтесь снова. Когда лошадь оторвет копыто от земли, перехватите его рукой.

ПОДНИМИТЕ ЗАДНЮЮ НОГУ

Встаньте плечом к крупу лошади. Говорите с ней и положите ближайшую к лошади руку на круп, чтобы она знала, где вы находитесь, старайтесь не щекотать лошадь. Попросите лошадь поднять ногу голосом и, если надо, легким нажатием на внутреннюю поверхность путового сустава. Не поднимайте ногу выше и дальше, чем нужно. Держите голову вне досягаемости копыт.



1 ПРОВЕДИТЕ РУКОЙ
Проведите рукой вниз по внутренней или задней поверхности ноги, затем, не отнимая руки, перейдите на внутреннюю поверхность и дойдите до путового сустава.



2 ВОЗЬМИТЕ КОПЫТО
Когда лошадь поднимет ногу, обхватите копыто рукой достаточно крепко, чтобы удержать его, если лошадь переместит свой вес.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ТИПЫ ПОДКОВ

Большинство верховых лошадей подковывают, но некоторые могут работать без подков, или подкованными только на передние ноги. Некованые лошади также нуждаются в регулярном уходе за копытами. Существуют различные типы подков, и подкова должна подходить копыту. Самые распространенные – охотничьи подковы, у которых есть углубление (желоб) для улучшения сцепления с грунтом. Простая ровная «плашка» дает меньшее сцепление. Замкнутые ортопедические подковы (яйцеобразные (egg-bar), круглые с металлической стрелкой (heart-bar)) дают дополнительную поддержку и используются по медицинским показаниям. Ковку и уход за копытами должен выполнять только квалифицированный коваль.



ЧИСТКА КОПЫТА

Копыта следует чистить не реже 1 раза в день, удаляя грязь, камни и прочие загрязнения. Одновременно вы проверяете здоровье копыт и отсутствие ран. Проводя рукой по ноге лошади вниз, вы ощупываете суставы и сухожилия и проверяете их на предмет воспалений и припухлостей.





1 ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОПЫТНЫЙ КРЮЧОК

Держите крючок свободной рукой и чистите от пятки к зацепу, направляя его только вниз. Удалите всю грязь вокруг стрелки и с подошвы – но стрелку очищайте только пальцами.

2 ЧИСТОЕ КОПЫТО

Вокруг стрелки и под подковой не должно оставаться грязи и камешков. Подошва и стрелка должны быть чистыми, чтобы вы могли проверить их состояние. Некоторое шелушение стрелки нормально, но слишком большое – указывает на серьезную проблему.

МОЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Смазывайте** копыто, глубоко погружая кисточку в копытное масло и покрывайте поверхность стенки от венчика к зацепу и пяткам.
- **Не наносите** копытное масло слишком часто – масло не лечит и может вызвать дальнейшие проблемы.
- **Улучшайте** состояние копыт правильным рационом и проконсультируйтесь у коваля.
- **Не смазывайте** стрелку – она должна дышать.



Смазывание копыта маслом

ПОСЛЕ РАБОТЫ

Возвращаясь в конюшню с прогулки, вы должны позаботиться о лошади, выполнив определенные действия: проверить копыта, удалить пот, отшагать, обеспечить попоной, покормить. Это не займет много времени, но подумайте о лошади прежде, чем о себе.

ЗАБОТА О ЛОШАДИ

Если лошадь особенно разгорячена и вспотела, шагайте в направлении конюшни, затем спешьтесь и, ослабив подпругу, ведите лошадь в поводу. Когда снимаете седло, слегка похлопайте лошадь по спине, чтобы восстановить кровообращение. Мокрую лошадь надо полностью высушить. Разгоряченную лошадь можно искупать, но обязательно сразу же высушить.

Не надевайте на мокрую лошадь конюшенную или прогулочную попону – используйте сушильную попону (*см.* с. 95) или, в холодную погоду, утепленную попону поверх слоя чистой соломы. Во избежание колик не кормите лошадь, пока она не остынет. Обычно лошади дают сетку с сеном (рептух) и немного теплой воды (*см.* с. 98–99).



ЗАМОЙТЕ ВСПОТЕВШИЕ УЧАСТКИ

Засохший пот причиняет лошади дискомфорт, привлекает мух и образует заклейки. Вы можете дождаться высыхания пота и удалить его щеткой или, если есть достаточно теплая вода, промыть потные участки губкой и удалить избыток влаги скребком.

ДАЙТЕ ЛОШАДИ ОСТЫТЬ

Одно из золотых правил наездника - никогда не ставьте в денник потную, разгоряченную лошадь. Пройдите последние несколько километров прогулки шагом – это полезно и для тренинга лошади (не нужно чтобы она связывала движение к дому с большой скоростью), кроме того, отшагивание поможет лошади остыть и отдохнуть.



ПРОВЕРЬТЕ КАМНИ

Всегда чистите копыта лошади после езды, особенно если там застрял камешек. Проверьте, нет ли повреждений подошвы и стрелки. Проведите рукой по сухожилиям и проверьте, нет ли повышения температуры или припухлостей.



СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ЧИСТКА СНАРЯЖЕНИЯ

Снаряжение следует чистить после каждой езды. Вам потребуются губка, специальное сёдельное мыло и вода. Избыток воды портит кожу, поэтому хорошо выжимайте губку. **Шаг 1.** Вымойте металлические части снаряжения водой. Вы можете окунуть удила в ведро, но не мочите кожу. **Шаг 2.** Повесьте уздечку и вытрите грязь и пот, расстегните пряжки и почистите их. Положите седло на кронштейн и сделайте то же, что и с уздечкой. **Шаг 3.** Потрите влажной губкой сёдельное мыло и тщательно вотрите его в кожаные части уздечки и седла – одного нанесения достаточно.



1 Промойте металлические детали, ие мочите кожу



2 Смойте грязь и пот влажной губкой



3 Нанесите небольшое количество сёдельного мыла

НАДЕВАНИЕ ПОПОНЫ

Попона – крупный предмет снаряжения, поэтому надевайте попону осторожно, чтобы не испугать лошадь и чтобы она не запуталась в ней. Прежде чем надевать попону, убедитесь, что она внутри сухая и на ней нет грязи и пота, которые могут вызвать потертости или раздражение. Сложите попону пополам прежде, чем надевать или снимать – так проще и безопаснее.





1 ПОЛОЖИТЕ СЛОЖЕННУЮ ПОПОНУ

Сложите попону пополам, задним краем к переднему, так, чтобы подкладка задней части была направлена вперед. Положите – не набрасывайте – попону на лошадь так, чтобы передний край был впереди холки.

2 РАСПРАВЬТЕ ПОПОНУ

Расправьте попону, чтобы она покрывала лошадь целиком. Убедитесь, что она лежит ровно и симметрично с обеих сторон. Расстегните все ремешки, убедитесь, что они не перекручены и не завязаны узлами.





3 ЗАСТЕГНИТЕ РЕМЕШКИ ПОД ЖИВОТОМ

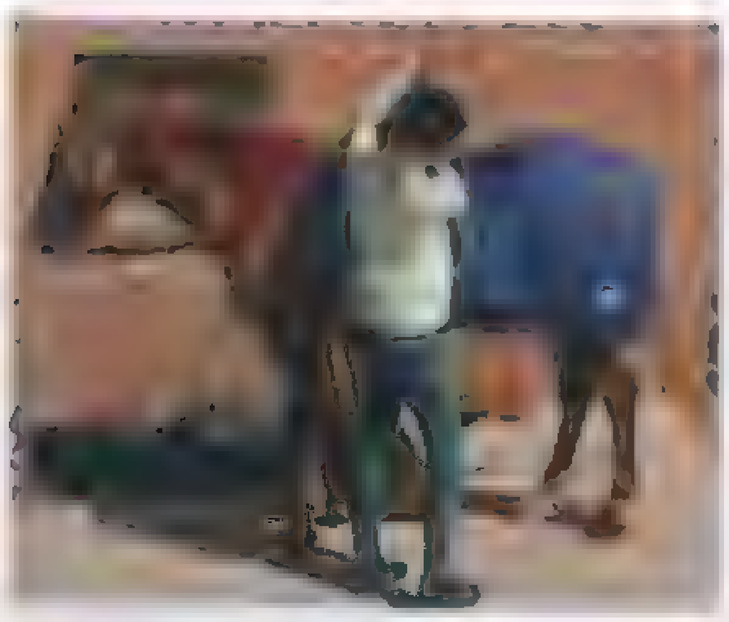
У большинства попон есть 2 ремешка под животом лошади. Важно застегнуть их по диагонали, чтобы они перекрещивались под животом лошади.

4 ЗАСТЕГНИТЕ ЗАСТЕЖКИ НА ГРУДИ

У большинства попон на груди 2 пряжки или застежки. Аккуратно застегните их – попона не должна стеснять движений лошади, но не должна и двигаться относительно лошади или натирать.

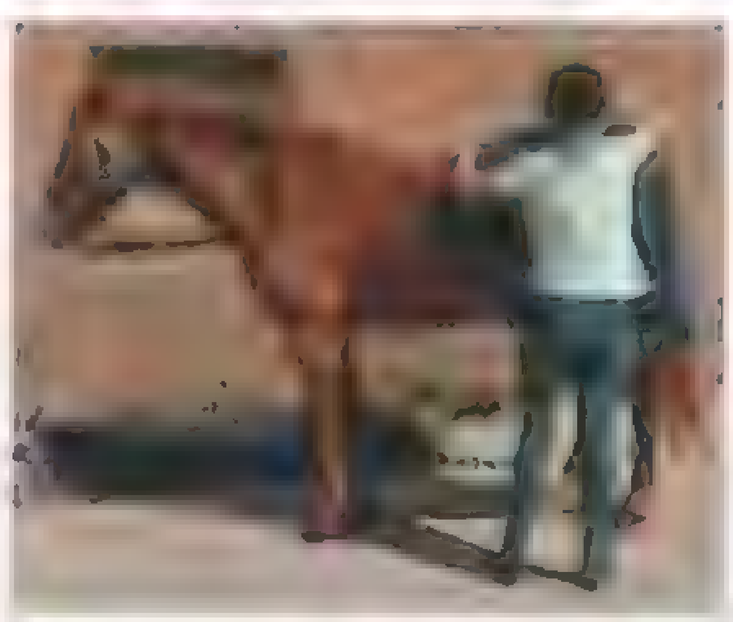
СНИМАЕМ ПОПОНУ

Привяжите лошадь или попросите кого-нибудь подержать ее. Когда вы снимете попону, повесьте ее сушиться или аккуратно сложите. Не бросайте попону на пол.



1 РАССТЕГНИТЕ РЕМЕШКИ

Расстегните ремешки, завяжите их слабым узлом, затем сложите попону передним краем к заднему.



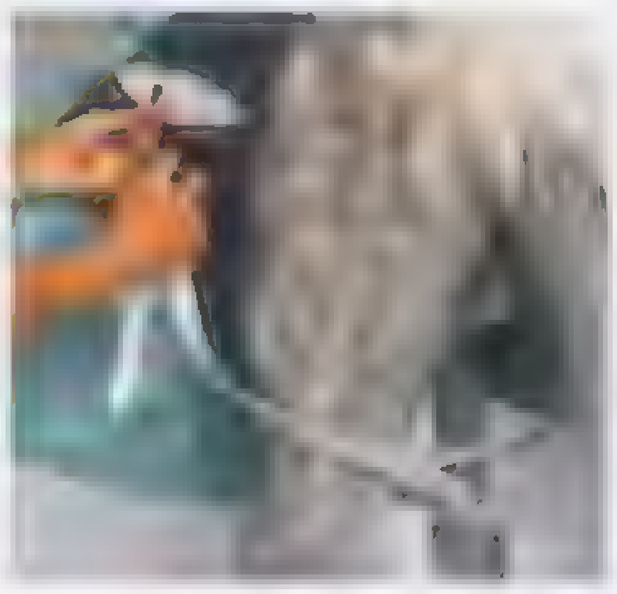
2 СНИМИТЕ ПОПОНУ

Стойте сбоку лошади и осторожно снимите попону на сторону. Не снимайте попону назад.

ТЕХНИКА

РЕМЕШКИ ДЛЯ НОГ

Если у попоны есть ремешки для задних ног, оберните один ремешок вокруг задней ноги лошади и застегните на той же стороне. Второй ремешок протяните сквозь первый.



Перекрещенные ремешки для ног

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ВИДЫ ПОПОН

У прогулочной попоны прочный водостойкий верхний слой и стеганая или флисовая подкладка. У многих моделей есть клапан, закрывающий репицу хвоста. Денниковые попоны, которые одеваются на ночь, имеют стеганый хлопковый или нейлоновый слой и наполнитель; для использования днем идеальна шерстяная или флисовая попона. Охлаждающая попона впитывает пот и влагу, сохраняя лошадь в тепле. Тренировочная попона согревает поясницу лошади в холодную погоду.



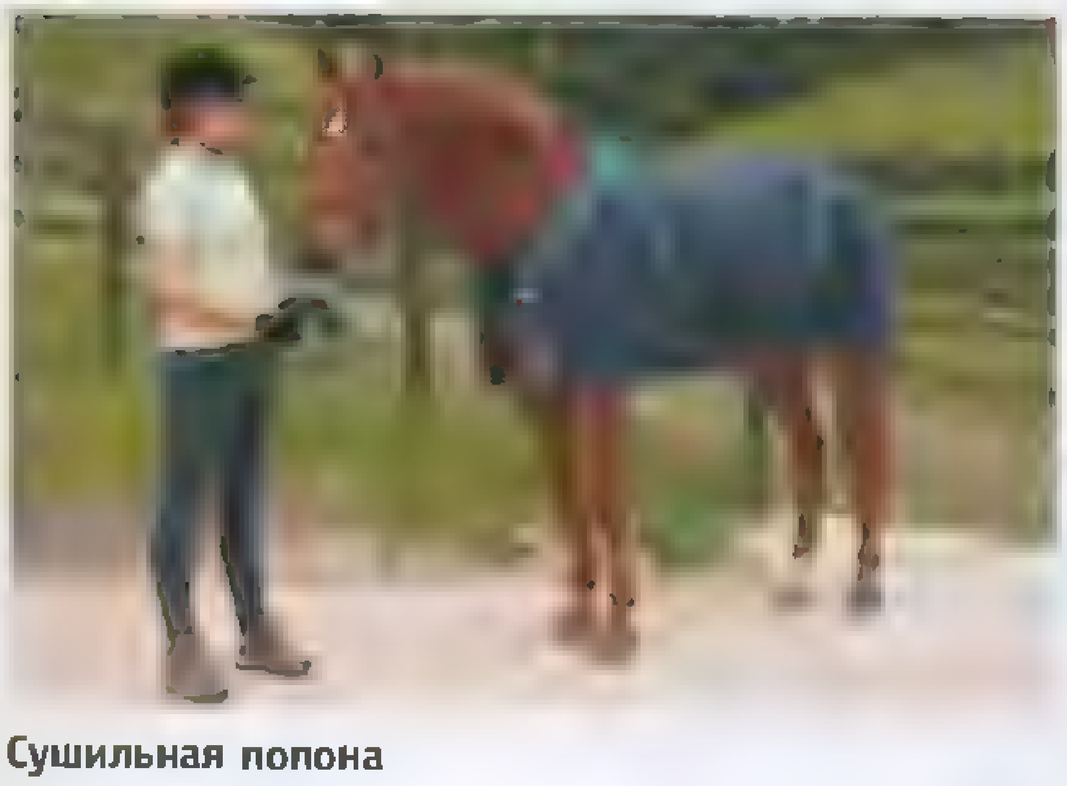
Прогулочная попона



Денниковая (конюшенная) попона



Флисовая дневная попона



Сушильная попона



Тренировочная попона

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Бывают случаи, когда вы должны обработать небольшие раны самостоятельно или решить, вызывать ли ветеринара. Кажущаяся незначительность повреждения может быть обманчивой – небольшая ранка может стать серьезной травмой, если она находится около сустава или инфицирована.

ПОДДЕРЖАНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Как только вы познакомитесь с лошадьми поближе, вы быстро научитесь оценивать их состояние (*см.* с. 97). Существует множество признаков, но у каждой лошади они проявляются индивидуально. Хорошо, если вы знаете нормальный пульс лошади, но температуру измеряйте, только если есть подозрение, что лошадь больна. Подходящий рацион, нагрузка и условия содержания – ключ к здоровью лошади. Регулярная дегельминтизация очень важна; ветеринар или лошадиный стоматолог должен осматривать зубы 1–2 раза в год. Если вы обеспокоены чем-либо, обязательно консультируйтесь с ветеринаром.

ИЗМЕРЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ

Смажьте термометр и осторожно введите его в прямую кишку, стоя сбоку и отведя в сторону хвост лошади. Держите термометр крепко, так как мышцы могут вытолкнуть его. Нормальная температура тела лошади 37–38°. Если температура выше 39°, зовите ветеринара.



ИЗМЕРЕНИЕ ПУЛЬСА

Пульс измеряют на наружной челюстной артерии в межчелюстном пространстве или на любой выступающей артерии. В покое частота ударов должна составлять 36–42 удара в минуту – после тренировки он будет больше, но должен вернуться к норме в течение 15 минут.



ОБЫЧНЫЕ ТРАВМЫ ЛОШАДЕЙ

ТРАВМА	ПРИЧИНА	ДЕЙСТВИЯ
Рана с ровными краями	Причин множество. Важно научиться распознавать, что вы можете сделать сами, для чего потребуется помощь и когда возможны осложнения.	Промойте рану, как описано на с. 97. В сомнительных случаях вызовите ветеринара.
Рваная рана	Этот тип травм обычно случается при полевой езде. Рана может быть грязной, возможно, потребуется зашить ее. Даже если лошадь не испытывает сильную боль, возможны осложнения.	Вызовите ветеринара. До его приезда промойте рану водой или слабым раствором марганцовки.
Прокол	Обычно травмируется копыто, это серьезная травма, приводящая к хромоте. Бабка и путовый сустав могут опухнуть, их температура повысится раньше, чем у копыта.	Вызовите ветеринара. До его приезда промойте рану водой или слабым раствором марганцовки.
Ушиб	Часто трудно диагностировать. Появляется, когда лошадь получает удар. Припухлости и гематомы могут возникать медленно, может быть осколочный перелом или трещина кости.	Вызовите ветеринара.

ПРОБЛЕМЫ С НОГАМИ

Ноги лошади очень уязвимы. Хромота или необычная постановка передних конечностей могут быть признаком серьезного заболевания. Следует немедленно произвести осмотр и освободить лошадь от работы.



ОБЛИВАНИЕ НОГИ

Если необходимо обливание ноги из шланга, успокойте лошадь и обливайте слабой струей воды. Держите шланг близко к ноге лошади.



КОНЮШЕННЫЕ БИНТЫ

Толстые и мягкие конюшенные бинты всегда используются с большим куском подложки – ватничком, чтобы давление распределялось равномерно.

ПРОМЫВАНИЕ РАНЫ

Если лошадь привита от столбняка, вы можете справиться с небольшими ранами сами. Очень важно хорошо промыть рану и не подсушивать специально края. При сомнениях обратитесь к ветеринару.

1 ОСТАНОВИТЕ КРОВЬ

Зажмите рану, чтобы остановить кровотечение. (Даже если крови много, не паникуйте, но если кровь выходит толчками – повреждена артерия: немедленно вызовите ветеринара и зажимайте рану до его приезда.)



2 ПРОМОЙТЕ РАНУ

Удалите грязь резиновой грушей или наложите на рану большой кусок ваты, смоченный слабым раствором марганцовки. Сильные антисептики могут принести больше вреда, чем пользы.

3 ПРОВЕРЬТЕ РАНЫ

Очистите кожу вокруг раны и проверьте, нет ли других ран. Не давайте небольшой ране пересыхать и промывайте достаточно часто, чтобы удалять грязь, но только ветеринар может решить, нужно ли дальнейшее лечение.



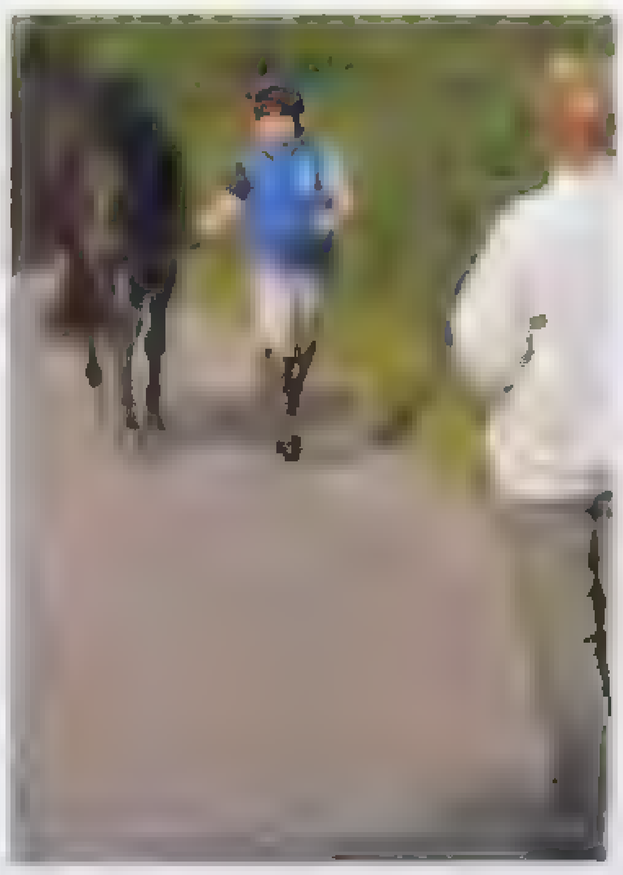
ПРОВЕРЬТЕ

ПРИЗНАКИ ХОРОШЕГО ЗДОРОВЬЯ

- Лошади комфортно, когда она распределяет вес равномерно на все 4 ноги. Для некоторых лошадей нормально, что нога отдыхает, опираясь на зацеп копыта, но, если вашей лошади это не свойственно, это тревожный признак.
- Лошадь не хромает.
- Она внимательна – уши подвижны, держит голову высоко – но не во время отдыха.
- Глаза ясные и чистые
- Нет ран и опухолей
- Шерсть блестящая и гладкая
- Тело мускулистое, но без избыточного жира; ребра не видны, но легко прощупываются.
- Нормально ест и пережевывает пищу.
- Нормально пьет
- Температура, пульс и дыхание в норме; средняя частота дыхания 8–12 раз в минуту.
- Регулярные испражнения; фекалии должны падать на землю с легким ударом, хотя их консистенция зависит от рациона.
- Моча довольно густая, бесцветная или бледно-желтая.

ВИЗИТ ВЕТЕРИНАРА

- Подготовьте лошадь заранее и убедитесь, что области, которые нужно осмотреть, чистые.
- Постарайтесь обеспечить хорошее освещение и найти ровную площадку для проводки лошади рысью.
- Попросите ветеринара делать ежегодный общий осмотр.



Проводка рысью для ветеринара

КОРМЛЕНИЕ

У лошадей сложная, но очень уязвимая пищеварительная система, некоторые нарушения могут привести к летальному исходу. Важно соблюдать основные правила кормления кормите понемногу, но часто; не работайте лошадь после кормления и не давайте слишком много еды или воды разгоряченной или усталой лошади.



ЛОШАДИ, ПАСУЩИЕСЯ В ПОЛЕ
Свежая трава – самая усваиваемая форма клетчатки, но хороши также сено и сенаж.

ОБЕСПЕЧЬТЕ ПИЩУ И ВОДУ

Для лошади очень важно наличие в рационе клетчатки – в виде травы или сена – и чистой воды; это необходимые ингредиенты для нормальной работы пищеварительной системы. Клетчатка должна составлять не менее $^{2}/_{3}$ дневного рациона для большинства лошадей, а некоторые, особенно пони и неработающие лошади, могут прекрасно жить без концентрированных кормов (т.е. зерна).

Лошади необходим постоянный доступ к воде, обычно она не пьет больше, чем ей нужно. После тяжелой работы предложите немного воды, когда лошадь остынет.

КОРМИТЕ ПО ПОТРЕБНОСТЯМ

Кормите лошадь согласно ее индивидуальным потребностям. Точное количество и соотношение сена и концентратов зависит от нагрузки и темперамента, содержания в поле или в конюшне, а также от способности лошади сохранять оптимальный вес. Если лошадь несет небольшую нагрузку или не работает совсем, большую часть рациона составляют грубые корма – трава или сено, и около 15 % – концентраты, разделенные на 2 порции в день. При лег-

ПРАВИЛА КОРМЛЕНИЯ

ПРАВИЛО	ПОЯСНЕНИЕ
Поение	Давайте воды вволю, за исключением большой нагрузки, сразу после которой потребление воды следует ограничить.
Кормите по потребностям	Просчитайте, сколько корма нужно лошади в зависимости от ее размера, и адаптируйте соотношение и количество сена и концентратов, учитывая потребности лошади.
Давайте только качественные корма	Некачественные, подгнившие и заплесневелые корма и сено не только менее питатепьны, но могут быть даже вредны и вызывать аллергию.
Кормите часто и понемногу	У лошади небольшой желудок, поэтому она не может съесть много за один присест. Ей необходимо много времени на пастьбу и поедание сена. Кормить нужно примерно в одно и то же время.
Не меняйте резко	Постарайтесь кормить одними и теми же кормами, но если нужно сменить их, делайте это постепенно. Это относится и к траве – например, после зимы лошадь, содержащуюся в конюшне, сначала надо выпускать на пастбище ненадолго.

кой работе – обычно это работа под седлом около часа в день, включая работу в манеже – доля концентратов увеличится до 25 %, и их следует разделить на 3 порции.

Увеличивайте долю концентратов пропорционально увеличению нагрузки. Чем больше концентратов вы даете, тем важнее соблюсти баланс между кормлением и тренингом. Если лошадь резко перестает работать, например из-за травмы, очень важно уменьшить долю концентратов и заменить их сеном, поскольку избыток белка в крови приводит к серьезным заболеваниям.

ВЫБИРАЙТЕ ПОДХОДЯЩИЕ КОРМА

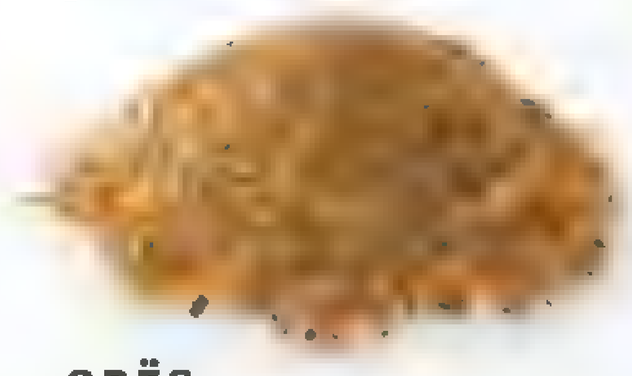
Существует большое разнообразие кормов, но лучше выбрать 1–2, которые подходят вашей лошади, и давать только их – старайтесь не менять рацион. Как и нам, лошадям необходимы белки, углеводы, витамины и минеральные вещества. Лошадь получает их из простых (например овса) и сложных кормов, например готовых гранул и мюсли, а также из сена.



МЮСЛИ
Смеси, часто включающие овес, пшеницу и бобовые, другие формы клетчатки и минеральные вещества.



ГРАНУЛЫ
Как и мюсли, гранулы обладают различной калорийностью. Они содержат больше клетчатки, чем мюсли.



ОВЁС
Традиционный питательный корм, овес можно давать целым, дробленым или плющеным.



ЯЧМЕНЬ
Альтернатива овсу. Перед скармливанием его надо замочить или расплющить, чтобы лучше переваривался.



СЕНО
Луговое сено должно иметь приятный запах и быть высококачественным.



СЕЧКА
Порезанное сено с добавлением овсяной соломы, люцерны или мелассы (патоки).



СЕНАЖ
Сенаж – нечто среднее между сеном и силосом, он имеет разную энергетическую ценность.



ЛЮЦЕРНА
Лошади любят люцерну, поскольку она богата белком, но не давайте ее слишком много.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- Давайте только качественное сено.
- Используйте сенаж в течение нескольких дней после вскрытия упаковки, пока не начался процесс брожения.
- Будьте осторожны с луговым сеном. Сорные растения могут быть опасными в сушеном виде. Крестовник обыкновенный смертельно ядовит.

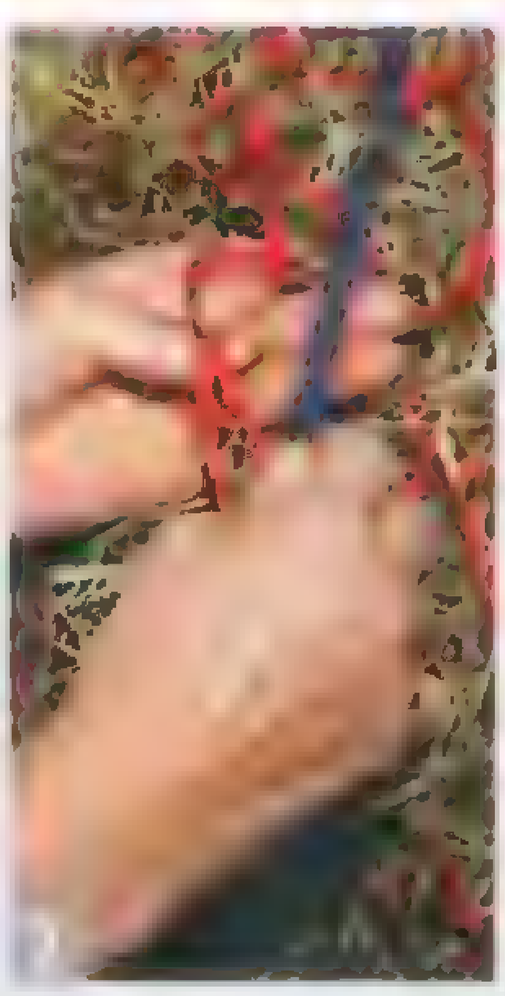
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ПОДВЕШИВАЕМ СЕТКУ ДЛЯ СЕНА

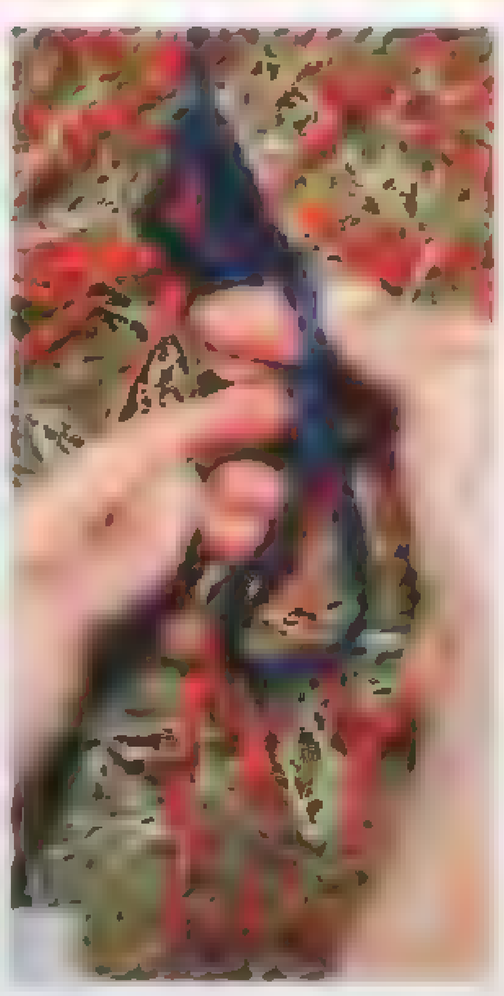
Шаг 1. Откройте сетку полностью и набейте ее сеном. Убедитесь, что внутри нет веревок. Туго стяните веревку.
Шаг 2. Проденьте веревку сквозь металлическое кольцо и привяжите к нему сетку безопасным узлом (см. с. 87). Когда сено будет съедено, пустая сетка должна быть на уровне груди лошади.
Шаг 3. Просуньте конец веревки в петлю узла.



Набейте сетку сеном



Завяжите узел



Закрепите конец веревки



УЧИМСЯ ЕЗДИТЬ ВЕРХОМ



НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ

Обучение верховой езде должно приносить радость. Это прекрасный способ наслаждаться природой и поддерживать тонус и гибкость тела. Тем, у кого от природы спортивное телосложение, равновесие и координация, будет легче научиться ездить верхом, но быть профессиональным спортсменом не обязательно. Сначала, как и всегда, у вас будут болеть мышцы, о существовании которых вы и не подозревали, но вскоре вы увидите пользу от ваших занятий.

ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

Важное умение, которое предстоит развить, обучаясь верховой езде, – «чувство лошади». Лошади – послушные существа, выполняющие то, что вы просите. Хороший всадник учится понимать сигналы, которые лошадь подает ему своим поведением. Вы постепенно научитесь сочетать сочувствие и твердость, чтобы успешно управлять этими животными.

В зависимости от вашего опыта и предпочтений вы можете ездить в одиночку или группой. Даже хорошо тренированные лошади могут быть непредсказуемы, поэтому нужно быть готовыми к непредвиденным обстоятельствам – включая падения. Очень важен положительный настрой. Вам придется многому научиться – от выполнения команд и работы с лошадью до «взлетов и падений», о которых конники говорят иронично.



ВЫЕЗД В ПОЛЕ
Наслаждение природой, сидя в седле, – особый опыт, возможно, у вас появятся новые друзья.

БЕЗОПАСНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ

Возможно, у вас уже есть некоторый опыт верховой езды – например, вас катали на пони или на лошади друга. Это большое удовольствие, но, если вы хотите научиться хорошо ездить верхом, важно освоить правильные методы и понимать их причины. Как только вы начинаете контролировать лошадь самостоятельно, вы должны осознавать все риски и подводные камни, не давая им выбивать вас из седла. Не стоит недооценивать правила безопасности, находясь рядом с

ЧТО ОЖИДАТЬ

УЛУЧШАЕМ РАВНОВЕСИЕ

Уроки на корде позволяют ездить без стремян и поводьев и при этом быть в безопасности. Вы можете концентрироваться на посадке и учиться двигаться вместе с движениями лошади, когда ее контролирует кто-то другой. Это помогает приобрести уверенность в седле, сохранять равновесие, а не «висеть» на рту лошади, и подготавливает к выездам в поле за пределы плаца.

Занятие на корде

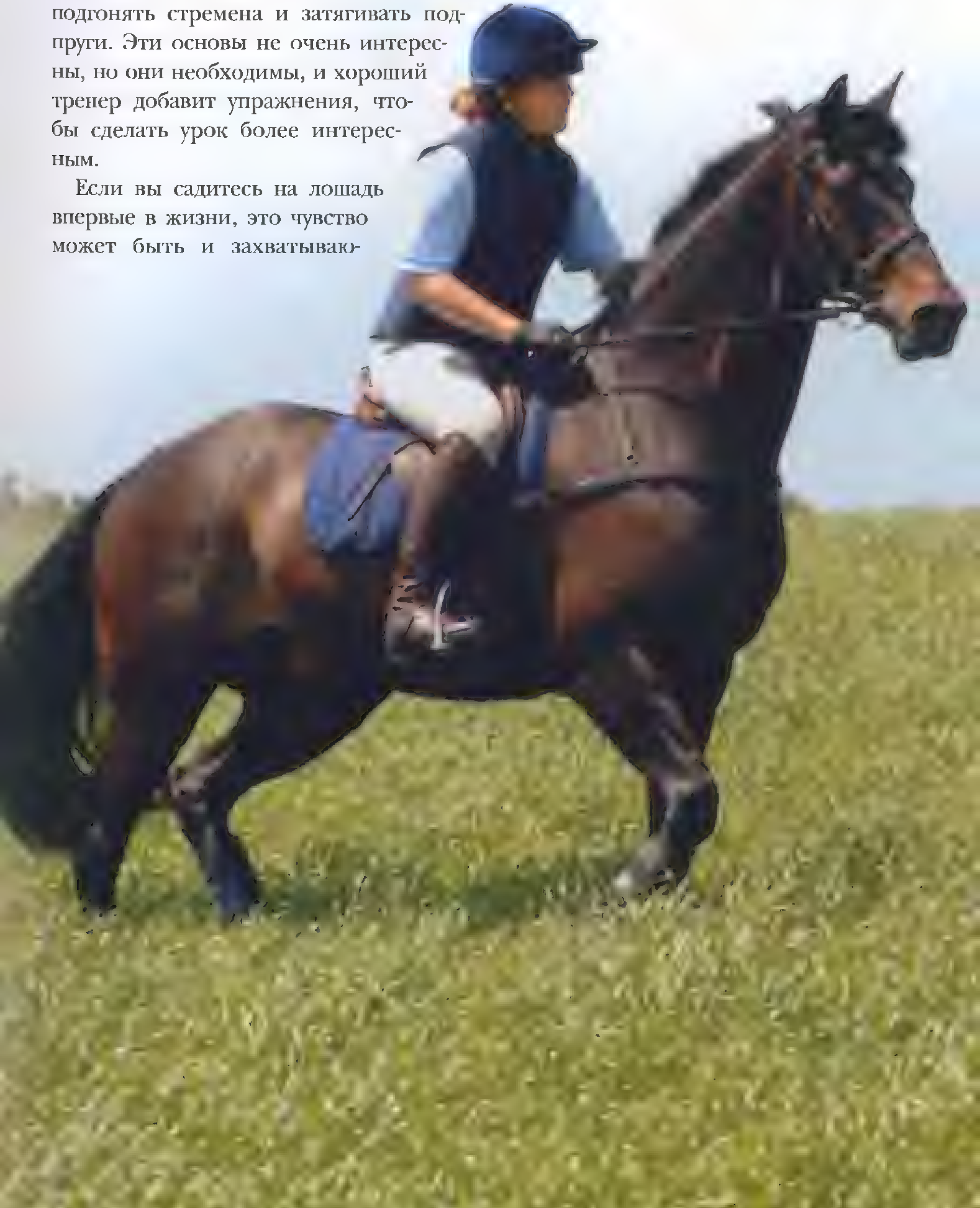
лошадью, и если вы с самого начала учитесь правильно, то вскоре убедитесь, что они разумны и позволяют наслаждаться ездой без излишнего риска.

Вы можете брать индивидуальные уроки или ездить в группе. На первом уроке вас научат, как садиться на лошадь и спешиваться, как сидеть в седле, держать поводья, как просить лошадь двигаться вперед, поворачивать и останавливаться. Он должен проходить в замкнутом пространстве – в манеже или на песчаном плаце. Вы также научитесь подгонять стремена и затягивать подпруги. Эти основы не очень интересны, но они необходимы, и хороший тренер добавит упражнения, чтобы сделать урок более интересным.

Если вы садитесь на лошадь впервые в жизни, это чувство может быть и захватывающим, и пугающим. Вскоре вы поймете смысл обучения в замкнутом пространстве. Немного терпения, и вы сможете наслаждаться прогулками на природе, а освоение базовых навыков по уходу за лошадью добавит удовольствия.

ПОД КОНТРОЛЕМ

Для умения контролировать лошадь – особенно на открытых пространствах – потребуется практика и смелость.

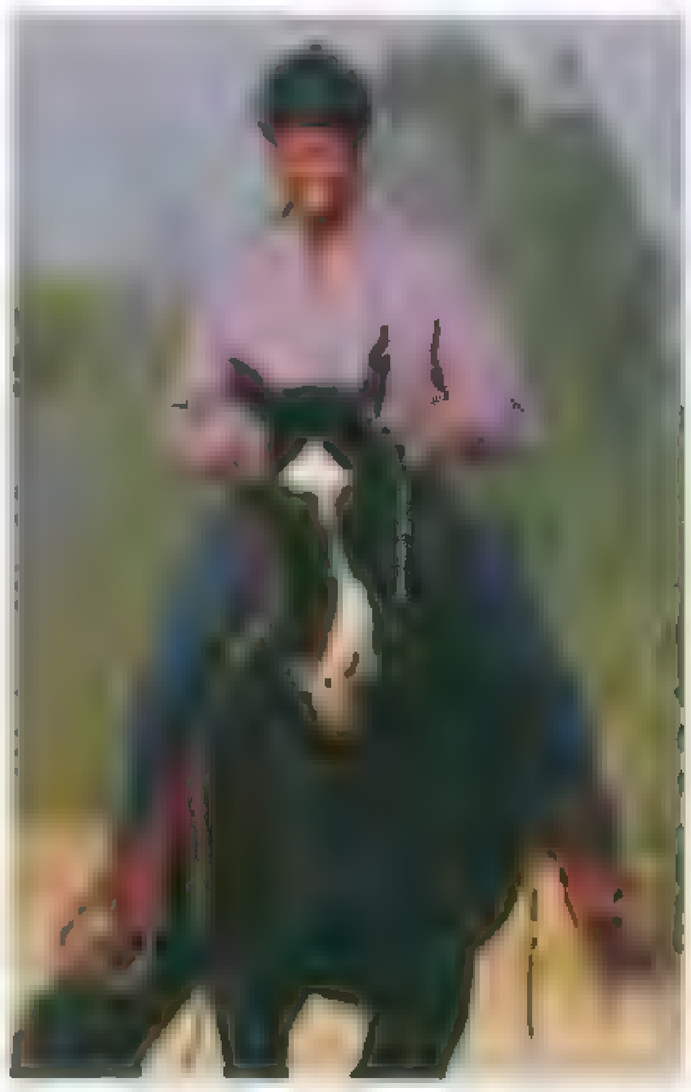


ВИДЫ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Верховая езда многообразна и удовлетворяет разным вкусам и уровню подготовки. Это может быть конный туризм, выходные в седле, еженедельные занятия в конной школе или нечто более амбициозное. Вы можете рассматривать ее как вид досуга или серьезную спортивную дисциплину.

СТИЛИ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Верховая езда – популярный вид досуга в выходные, и многие слышали о конном туризме и основных дисциплинах конного спорта. Но слова «верховые прогулки» и «тренировка», часто используемые в этой книге, могут быть менее известны. Прогулка – недолгая поездка по сельской местности, а тренировка – это обычно выполнение упражнений для обучения и поддержания формы лошади. Как только вы по-настоящему заразитесь верховой ездой, эти слова будут для вас так же привычны, как бег или ходьба.



СТИЛЬ ВЕСТЕРН
Вестерн популярен благодаря сочетанию спокойствия и эффективности.

Многих в верховой езде притягивает преодоление препятствий – захватывающие соревнования по конкуру и троеборью или скачки с препятствиями. Другим ближе неспешная езда среди прекрасных пейзажей или отпуск в седле. Сейчас вы можете ездить верхом практически в любой точке земного шара и найдете маршрут по силам – на ранчо в США или Австралии, в лесах и фьордах Скандинавии или головокружительные тропы в Сьерра-Неваде в Испании. Для тех, кто любит наблюдать за искусством других, есть неистовые матчи поло на льду Санкт-Морица или высоко над уровнем моря в Ладакхе; высшая школа верховой езды, когда прекрасная амазонка и ее лошадь танцуют на ваших глазах, или взлеты и падения на крупных соревнованиях по троеборью, как, например, в Бадминтоне или Берглли. Что бы вас ни интересовало, всегда есть место, где вы сможете этому научиться.



ВЫЕЗДКА ВЫСШЕГО УРОВНЯ
Гармоничное выступление олимпийского чемпиона по троеборью новозеландца Блиса Тэйта на Уэлтон Энвой в Лексингтоне, 2000.

Вы можете достигнуть уровня, достаточного, чтобы провести выходной в седле, или копаться в книгах и понять, что благодаря лошадям можно учиться всю жизнь. Вы можете потратить годы на оттачивание профессионализма – это не может быть скучно, поскольку все лошади разные, и любая ситуация отчасти непредсказуема. Общение с лошадью многогранно – не всегда нужно садиться в седло, чтобы насладиться партнерством с лошадью.

ЕЗДА БЕЗ ПРЫЖКОВ

Езда без прыжков означает, что вы не будете прыгать через препятствия. Это все равно нелегко и потребует определенных навыков. Многие люди специализируются в выездке, где препятствий не бывает. Выездка демонстрирует контроль и послушание и варьирует от элементарного уровня до сложных впечатляющих движений. Дисциплины вестерна, например рейнинг, популярность которого в Европе стремительно возрастает, также не включают прыжки. Навыки и техника рейнинга значительно отличаются от высшей школы, и он может быть отличной альтернативой английскому стилю.

ОТПУСК В СЕДЛЕ

В мире существует множество маршрутов для разного уровня подготовки.



ПРЫЖКИ

Большинство всадников, не только специалисты, учатся прыгать. Прыгать можно и в манеже, и в поле. В замкнутом пространстве манежа вы будете прыгать через раскрашенные препятствия, похожие на те, что стоят на соревнованиях по конкуру, но изменяемые в соответствии с вашим уровнем подготовки. Во время выездов в поле вы можете преодолевать ручьи, канавы, бревна и неразборные троеборные препятствия. Прыжки – полезный навык, но если они вам не нравятся, вы не одиноки – многие люди предпочитают езду без прыжков. Однако не забывайте, что на прогулке вам, возможно, придется преодолевать бревно или ручей, преграждающие дорогу.

Препятствия в конкуре и троеборье имеют различные уровни, от небольших высот для начинающих до более серьезных, профессиональных.

КОНКУР

У препятствий, используемых на соревнованиях и тренировках по конкуру, легко изменяются высота и ширина в зависимости от подготовки лошади и всадника.



СОВМЕСТНАЯ РАБОТА

Как и люди, лошади предпочитают определенную работу, и вы постепенно научитесь это чувствовать. Если вы регулярно ездите верхом или подумываете о покупке своей лошади, очень важно, чтобы вы подходили друг другу.

ЕЗДА ПО ПЛЯЖУ

Лошадям, как и людям, нужны положительные эмоции и разнообразие, чтобы поддерживать интерес к работе. Пляж – волшебное место, которое нравится и людям, и лошадям.



ТРЕНИРОВКА ЛОШАДИ

Учебные лошади всегда хорошо выезжены. Но с накоплением некоторого опыта у вас появляется шанс ездить на менее подготовленных лошадях, и ваши занятия будут учить вас обоих. Возможность ездить на молодой лошади на начальной стадии тренинга под руководством тренера или опытного спортсмена – великолепный путь узнать больше о поведении лошадей. Вклад в развитие лошади может окупиться сторицей; процесс обучения долог, и с самого начала все должно делаться осторожно и искусно, чтобы лошадь была хорошо выезжена.

Работа с молодой лошадью на земле, прежде чем на нее впервые сядет всадник, оказывает влияние на ее желание носить на спине человека всю ее жизнь. Говорят, что лошадь не рождается плохой, такой ее делают. Начальные этапы тренинга очень важны, поскольку лошадь учится взаимодействию с человеком. Она будет охотно подчиняться, только когда ей комфортно, и она довольна жизнью.

ШКОЛЫ И ТРЕНЕРЫ

Очень важно выбрать организацию, занимающуюся обучением верховой езде, с хорошими лошадьми, тренерами, снаряжение в которой соответствует последним стандартам безопасности и заботы о здоровье. Возможно, это звучит несколько формально, но чем больше вы учитесь, тем больше вы видите в этом разумность, и хороший тренер может сделать процесс обучения интересным. Просто не стоит экономить на безопасности.

ШКОЛЫ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Существует множество организаций – от официальных школ верховой езды до лицензированных центров трекинга и других дисциплин. Вы можете также вступить в клуб верховой езды, например, клуб сельских всадников или пони-клуб, который работает с людьми моложе 25 лет по всему миру. Полезно наблюдать за работой профессионалов на соревнованиях, мастер-классах или просматривая видео.

Место, где вы будете заниматься, зависит от того, где вы живете, того, чему вы хотите научиться, вашего возраста и предложений местных организаций. Например, в трекинг-центре можно многому научиться, но если вы хотите серьезно заниматься верховой ездой, вам придется пойти в другое место, где есть манеж и подходящее оборудование.

Во многих странах есть одобренные законом программы обучения верховой езде. Если центр имеет официальное разрешение, скорее всего, он соответствует последним стандартам безопасности и полностью застрахован; это немаловажно.

Учиться ездить верхом – значит учиться заботиться о лошади, это можно сделать везде, где есть лошади. В Великобритании многие школы верховой езды предлагают уроки по уходу за лошадью и управлению конюшней. Навыки верховой езды и уход за лошадью идут рука об руку, составляя искусство взаимодействия лошади и человека.



ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ
Когда вы занимаетесь в группе, вам достается меньше внимания тренера, но наблюдать за другими всадниками полезно.

ТРЕНЕРЫ

Для владельцев собственных лошадей есть тренеры, работающие в разных местах и дающие частные уроки. Национальные федерации конного спорта обычно могут предоставить список квалифицированных зарегистрированных тренеров. Некоторые тренеры дают рекламные объявления в местных газетах, другие работают по устным рекомендациям.

Помимо высокой квалификации и послужного списка хороший тренер должен дружелюбно и уверенно общаться с людьми и лошадьми. Характер и опыт могут повлиять на ваш выбор. Некоторые тренеры, к примеру, могут превосходно учить начинающих, а другие предпочитают работать с продвинутыми всадниками.

ЧЕГО ОЖИДАТЬ

ПОРЯДОК В КОНЮШНЕ

Когда вы посещаете конюшню или школу верховой езды с намерением брать уроки, обратите внимание, довольны ли лошади и как за ними ухаживают. Конюшня не должна быть стерильной, но чистота, аккуратность и хорошая организация – чтобы были счастливы лошади и люди – очень важны.



Работа во дворе школы верховой езды

ЗАПИСЫВАЕМСЯ НА УРОК

В зависимости от того, где вы живете, найти место для занятий верховой ездой может быть и трудно, и легко. Поищите в телефонном справочнике, в Интернете, спросите совета в конном магазине – «сарафанное радио» – хороший метод поиска. Затем посмотрите на место, поговорите с людьми и прислушайтесь к себе, нравится ли вам здесь.

Когда вы записываетесь на урок, возможно, вас спросят о вашем росте, весе и умениях. Будьте честны – тренеру необходима эта информация, чтобы подобрать вам лошадь и, если занятие не индивидуальное, подобрать группу. Лучше всего взять несколько первых уроков индивидуально, чтобы научиться основам – посадке на лошадь и спешиванию, движению шагом, поворотами и остановкам. Но если вам по душе дух товарищества, то групповые занятия также эффективны. Обучение в группе покажет вам, как лошади взаимодействуют друг с другом.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Общение с тренером один на один означает, что вам достанется все его внимание, но и работать придется усерднее.

РАВНОВЕСИЕ

В верховой езде главное – равновесие; даже самый смелый может почувствовать себя беспомощным, сидя высоко на спине лошади. Чтобы ехать, спокойно сидя в седле в правильной, ненапряженной позе, необходима хорошая координация. Лошадь немедленно почувствует любое напряжение в вашем теле и, как минимум, не будет понимать ваши команды, а то и начнет испытывать боль.

ПРЕКРАСНОЕ РАВНОВЕСИЕ

Техника общения с лошадью подразумевает, что ни вы, ни лошадь не испытываете излишнего напряжения. Основная посадка такова, что, глядя сбоку, можно соединить воображаемой прямой линией ваши плечи, бедра и пятки (*см.* с. 130–131 и 222–223). Это оптимальное положение тела для правильной устойчивой посадки при непрыжковой работе – вы можете эффективно использовать корпус и шенкеля независимо друг от друга, когда это необходимо. Всадник балансирует на седалищных костях, напрягая главным образом бедра, ягодицы и поясницу. Это проще понять, если вам известна концепция «ки», или «центр», японских боевых искусств, или техника Александра (Alexander Technique) для равновесия. Лыжники также знают, как уравновесить тело на согнутых коленях, у них работают примерно те же мышцы.

РАВНОВЕСИЕ ЛОШАДИ

Теперь рассмотрим центр равновесия лошади. Посадка всадника должна обеспечивать стабильность, не мешать естественному равновесию лошади и помогать ей отталкиваться задними ногами. Вы можете воздействовать на лошадь легкими перемещениями своего центра тяжести, например, направляя взгляд в сторону поворота или привставая на стременах перед прыжком, но излишнее перемещение веса не поможет, а помешает.

Ваши шенкеля (внутренняя поверхность нижней части ног) побуждают лошадь двигаться вперед, а руки помогают останавливать лошадь и управлять ею, но все это не должно отражаться на вашем равновесии. По мере обучения вы поймете, что вы контролируете лошадь корпусом в большей степени, чем поводом – помните, что поводья прикреплены к очень чувствительному и ранимому рту лошади.

РАЗВИВАЙТЕ РАВНОВЕСИЕ

На некотором этапе ваши уроки, возможно, будут включать езду без стремян и поводьев в контролируемом пространстве манежа.

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

ЕЗДА С ОДНИМ СТРЕМЕНЕМ

Великий троеборец Марк Тодд из Новой Зеландии участвовал в соревнованиях в Бадминтоне в 1995 г. без одного стремени. Путлище порвалось в первой трети маршрута, но этот великолепный всадник обладает удивительным равновесием и искусством преодолевать большие препятствия (правда, современные правила не позволили бы ему продолжать соревнования). К несчастью, тогда его лошадь Берти Блант не смогла принять участие в финальном конкуре, но в следующем году эта пара выиграла соревнования в Бадминтоне. Постарайтесь посмотреть выступления Тодда на видео – он один из лучших.



Марк Тодд иа Берти Блант, Бадминтон, 1995

ДВИЖЕНИЕ ВМЕСТЕ С ЛОШАДЬЮ

Учитесь сохранять равновесие и крепкую посадку – это ключ к тому, чтобы следовать движениям лошади, которые весьма ощутимы, даже если она идет шагом по прямой. Лошади разные, и они могут различаться в езде – например, большая крупная лошадь может иметь более плавные аллюры, чем энергичный пони.

ЧУВСТВУЙТЕ ДВИЖЕНИЕ

Положите, идя пешком, руку чуть выше поясницы и ощутите движение мышц и костей. Теперь представьте, насколько более размашистые движения у лошади. Ваша задача как всадника, оставаясь в равновесии, следовать движениям лошади. никоим образом не мешая им. Всегда помните, что у каждого аллюра своя последовательность темпов, и у некоторых есть стадия подвисания, когда все ноги лошади находятся в воздухе. Тело лошади может группироваться в один момент движения и растягиваться в следующий. На замедленной съемке вы заметите, что тело лошади не всегда параллельно земле: при движении кентером оно раскачивается вперед-назад. Чтобы удержаться в седле и управлять лошадью, ваше тело должно амортизировать эти движения через хорошую крепкую посадку.



Лошадь очень чувствительна, она ощущает малейшие движения вашего тела. Чем быстрее она движется, тем более вам необходимо равновесие, чтобы оставаться в седле. Если вы поворачиваете кор-

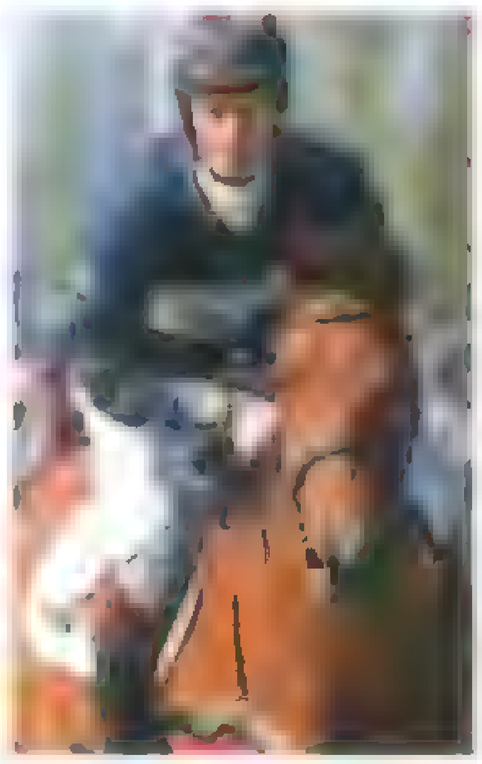
ГАЛОПИРУЮЩАЯ ЛОШАДЬ
На галопе вам надо перенести вес тела вперед и приподняться над седлом, чтобы не мешать спине лошади совершать быстрые последовательные движения.

пус – или хотя бы голову – или переносите вес тела на одну сторону, лошадь это почувствует и отреагирует соответственно. Основное правило – всегда смотреть в том направлении, куда вы хотите двигаться. Если вы, например, смотрите на землю около вашей левой ноги, ваш вес переместится так, что лошади будет труднее двигаться прямо.

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

ПОМОЧЬ ЛОШАДИ

Наблюдая за прыжками профессиональных конкуристов, вы заметите, что они еще во время прыжка фокусируются на следующем препятствии. Наблюдайте за такими спортсменами, как очень опытный троеборец Уильям Фокс-Питт.



Уильям Фокс-Питт

БУДЬТЕ В ЦЕНТРЕ

Взгляд вверх и вперед помогает вам правильно располагать свой центр тяжести, а это помогает лошади двигаться свободно и правильно.

«КОГДА ВЫ УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ЛОШАДИ В ХОРОШЕМ СОСТОЯНИИ, СЛЕДУЮЩАЯ ЗАДАЧА – ТРЕНИРОВАТЬ ВСАДНИКОВ».

Ксенофонт Афинский (430–355 г. до н. э.)



БЫТЬ ГИБКИМИ

Упражнения в седле увеличат вашу гибкость, позволят телу расслабиться, и тогда лошади будет легче нести вас. Они также улучшат равновесие и помогут контролировать напряжение отдельных мышц и суставов, дадут вам лучший контроль над своим телом и увеличат вашу уверенность в себе. Эти упражнения следует выполнять под контролем в манеже на спокойной лошади.



***Поднимите руки** над головой так высоко, как сможете*

***Корпус должен** быть направлен вперед, когда вы поднимаете руки*



1 ДВИЖЕНИЕ РУК

Смотрите вперед, ноги в стременах или вынуты из стремян, стремена переброшены через седло, чтобы не ударить лошадь. Вытяните одну руку вперед, а другую – назад. Меняйте направление рук и поворачивайте корпус.

2 ДВИЖЕНИЕ ПЛЕЧ

Руки свободно опущены по сторонам. Несколько раз медленно и ритмично покачайте руками вперед-назад, затем продолжите упражнение, держа руки над головой. Пожмите плечами, немного отдохните и продолжите.

3 РАСТЯГИВАЕМ ПОЯСНИЦУ

Ноги в стременах, руки вытянуты в стороны на уровне плеч. Медленно поворачивайте голову и корпус из стороны в сторону. Чтобы избежать напряжения, движения должны быть медленными и ритмичными.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

Попробуйте сделать эти упражнения на шагу, повод длинный, стремена переброшены через седло.

- **Лодыжки и бедра:** поворачивайте пальцы ног вперед, вниз и в стороны, описывая окружности.
- **Колени:** покачайте нижней частью ног вперед-назад в разных направлениях.
- **Бедра и ягодицы:** оторвите верхнюю часть ног от седла, затем назад, вернитесь в исходное положение и расслабьтесь.



4 КОСНИТЕСЬ ПАЛЬЦЕВ НОГ

Ноги в стременах, вытянитесь вверх, насколько сможете. Медленно опустите одну руку на колено с противоположной стороны и плавно наклоняйтесь вниз, сгибаясь в пояснице. Снова выпрямитесь и повторите упражнение в другую сторону.

ПОДДЕРЖИВАЕМ ФОРМУ

Спортивная подготовка сделает обучение верховой езде легче и приятнее. Разомните мышцы перед ездой, тогда они будут меньше болеть после. Для несложных прогулок и упражнений в манеже вам не понадобятся особые тренировки, но для участия в соревнованиях или для конного туризма тренироваться нужно и вам, и лошади.

ПОДГОТОВКА

Прежде чем выполнять какое-либо упражнение, убедитесь, что вы способны его выполнить и состояние здоровья позволяет вам его выполнять. Если есть сомнения, посоветуйтесь с врачом или квалифицированным тренером. Каждое упражнение необходимо повторять несколько раз – начните с пяти, постепенно увеличивайте. Всегда начинайте с упражнений на растяжение. Встаньте прямо, вытяните руки над головой и постепенно встаньте на носки, чтобы все ваше тело вытянулось. Медленно опуститесь на пятки; повторите несколько раз.



СГИБАНИЯ

Гибкость ног и лодыжек помогает сделать верховую езду комфортнее. Встаньте прямо, каждую ногу по [illegible] рукой той же стороны. Подержите несколько секунд, затем слегка подтяните рукой ногу вверх, к спине. Опустите ногу. Повторите несколько раз и плавно закончите упражнение.

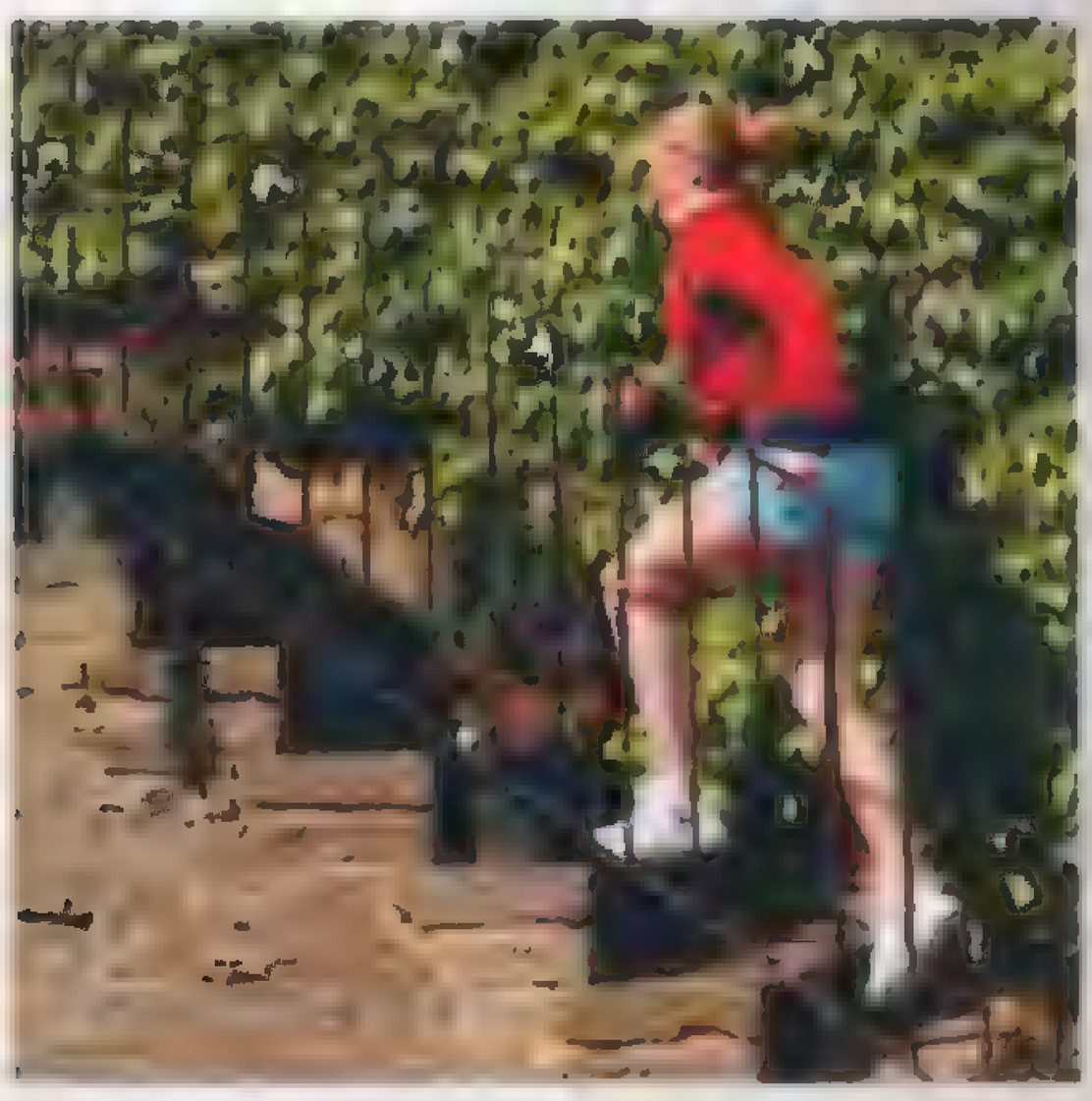
ПРИСЕДАНИЯ

Встаньте прямо, руки вытянуты вперед, смотрите вперед. Согните обе ноги в коленях и медленно присядьте. Встаньте, всегда держите спину прямо, а голову вверх, сгибайте только ноги. Двигайтесь плавно, не торопитесь.



РАСТЯГИВАЕМ НОГИ И БЁДРА

Сядьте, вытянув ноги, и расставьте их буквой V. Сгибайтесь от бедра, чтобы спина не напрягалась, скользите руками по ноге, пока не коснетесь ступни. Повторите с другой ногой. Не волнуйтесь, если вы не можете дотянуться – правильное и постепенное выполнение упражнения важнее попыток сразу достичь результата.



БЕГОМ ВВЕРХ ПО ЛЕСТНИЦЕ

Бег вверх по лестнице через ступеньку - хороший способ укрепления ног. Возьмите за правило делать так при любой возможности - но только вверх.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не начинайте** делать новые упражнения без консультации врача.
- **Обязательно** разогревайте и охлаждайте мышцы.
- **Делайте** только то, что вы можете.
- **Делайте** упражнения понемногу, но часто, и разнообразьте тренировки, чтобы отдельные мышцы не испытывали излишнего напряжения.
- **Не забывайте** делать упражнения на развитие гибкости, когда работаете над силой мышц – гибкость важнее накачанных мышц.



БЕГ

Регулярные пробежки или езда на велосипеде хороший вид аэробных тренировок. Как и для любой нагрузки, повышайте нагрузку постепенно и не выходите за пределы ваших возможностей. Для бега подберите подходящую обувь. Не допускайте обезвоживания организма на тренировке.

ПАДЕНИЯ

Поговорка «у хороших всадников падений больше», возможно, не совсем точна, но, конечно, падения неизбежны, и, чтобы уменьшить риск травм, вам нужно научиться правильно падать. Прыжки и скоростная езда более рискованны, но упасть можно и во время непрыжковой работы – на обычной прогулке.

1 ПАДАЙТЕ ВПЕРЁД

Позвольте вашему телу лететь вперед, а не прямо вниз. Так вы сможете сделать кувырок и избежать жесткого приземления и удара.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ТРЕНИРУЙТЕСЬ ПАДАТЬ

Потренируйтесь выполнять кувырки вперед на гимнастическом мате, чтобы почувствовать зто движение. Скорость падения может облегчить кувырок, особенно с короткими стременами для прыжков. **Шаг 1.** Присядьте, руки параллельны друг другу, подтяните подбородок к груди. **Шаг 2.** Наклонитесь вперед и перекатитесь через плечи, согнув ноги, голова прижата к груди. **Шаг 3.** Закончите, сев на корточки.



1 Подтяните подбородок

2 Перекатитесь

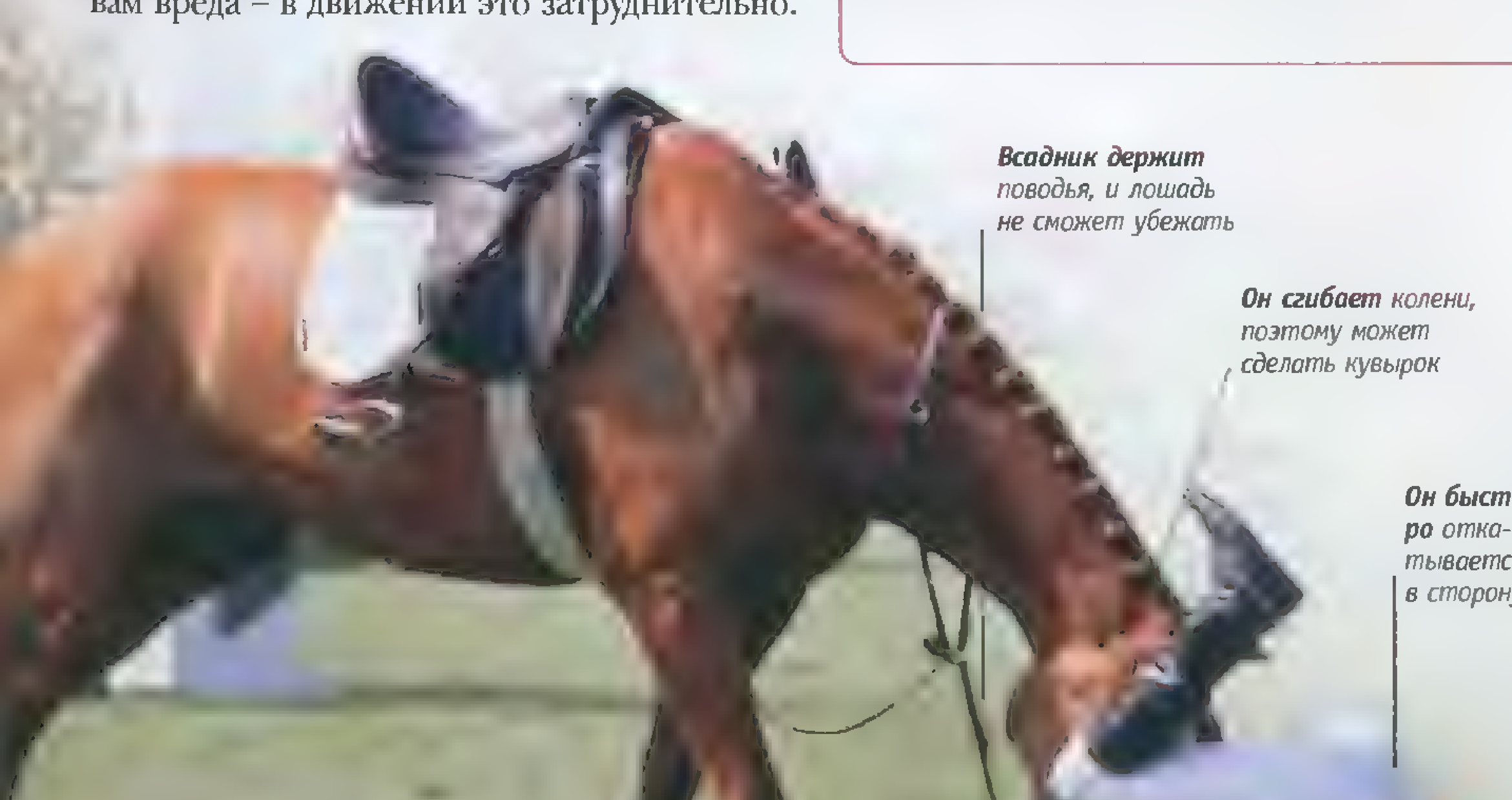
3 Закончите, сев на корточки

2 СДЕЛАЙТЕ КУВЫРОК

Как только вы коснетесь земли, сделайте кувырок вперед или хотя бы постарайтесь подтянуть голову к груди и сгруппироваться. Если вы не можете перевернуться, не двигайтесь и не смотрите вверх, пока лошадь не отойдет. Некоторые лошади могут лягнуть, но большинство постарается не причинить вам вреда – в движении это затруднительно.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не визжите**, если вы почти упали, – это может напугать лошадь.
- **Постарайтесь** освободить ноги из стремян, чтобы упасть максимально далеко от лошади.
- **Не выбрасывайте** руку вперед, чтобы остановить падение – так вы, скорее всего, сломаете ее.
- **Постарайтесь** удержать поводья.





АНГЛИЙСКИЙ СТИЛЬ

АНГЛИЙСКИЙ СТИЛЬ

Английский, или континентальный, стиль, зародился как смесь старомодной охотничьей посадки, кавалерийской езды и высшей школы. В то время как стиль вестерн лучше всего подходит для непрыжковой работы, английский стиль легко можно адаптировать и для непрыжковой работы, и для прыжков, просто изменив длину стремян и положение всадника в универсальном седле.

БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛОШАДИ

Важнейшая тема, объединяющая все стили верховой езды – благополучие лошади. Наилучшие способы его достижения – правильный тренинг, снаряжение, подходящее для конкретной работы и конкретной лошади, и следование практичному и полезному распорядку дня, который понятен лошади.

Понятия и снаряжение будут меняться – наука не стоит на месте, в том числе и наука о лошадях, особенно ветеринария и кормление лошади, – но удивительно, как мало в течение столетий изменились основы. Удила стали менее строгими, а сёдла сейчас делают с гибкими ленчиками и более мягкой набивкой. Однако в основе современного снаряжения простая и эффективная конструкция, работающая уже многие столетия.



ТИПЫ СЁДЕЛ

Седло для выездки идеально для непрыжковой работы, а универсальное седло может быть также использовано для прыжков.

ОСНОВА – ТРЕНИНГ

Считается, что английский стиль, особенно в Британии, имеет строгие правила. Он учит проверенным методам, разработанным для достижения наиболее эффективного, и, следова-



ПРОГУЛКИ С ДРУЗЬЯМИ

Английский стиль превосходен для неспешных прогулок в компании друзей или скоростной работы в поле с прыжками и галопом.

тельно, приятного общения человека и лошади. Несложно запомнить простые команды: остановка лошади, движение вперед, ускорение или замедление движения, но, по мере углубления ваших знаний о лошадях и их характерах, вы обнаружите, что верховая езда – это нечто большее, чем набор заученных приемов. Ведущие всадники признают, что учатся всю жизнь.

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СТИЛЬ

Тренировка лошади и всадника в английском стиле подготовит вас ко многим ситуациям. которые могут случиться в школе верховой езды. на соревнованиях. во время путешествия в седле. Для всех этих случаев подходит универсальное седло, дающее свободу изменения положения тела в зависимости от цели и гарантирующее комфортное состояние лошади.



УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

Если у вас крепкая посадка и вы хорошо понимаете лошадь, вы можете принимать участие в соревнованиях по многочисленным дисциплинам в английском стиле.

ПОЛЕВАЯ ПОСАДКА

При полевой посадке всадник приподнимается над седлом и наклоняется вперед, чтобы лошадь могла свободно прыгать и галопировать.

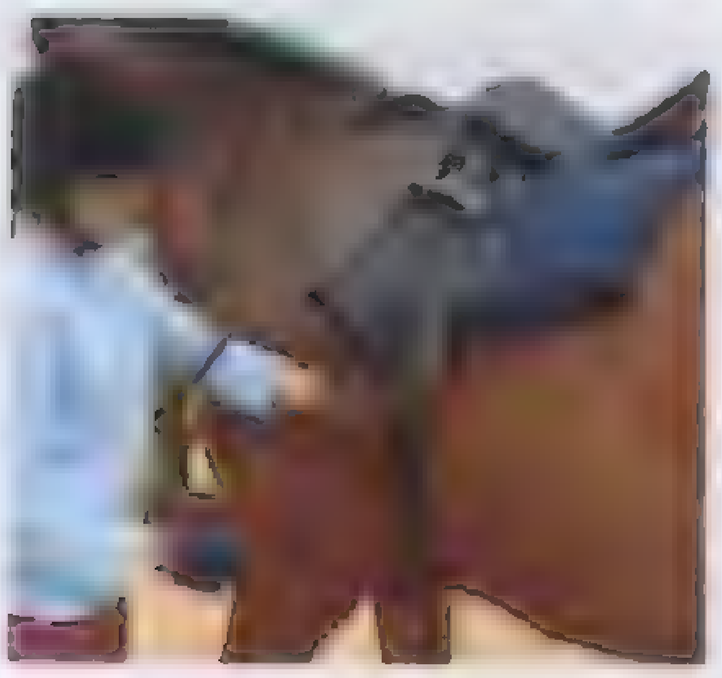


ПЕРВЫЕ УРОКИ

На самых первых уроках вы привыкаете к общению с лошадьми и верховой езде. Будьте терпеливы и не торопитесь. Научиться придется многому, но с опытом у вас выработаются условные рефлексы. Правильные тренировки интересны и сами по себе, кроме того, они помогут усвоить все премудрости езды – это отличный старт.

ПОСАДКА НА ЛОШАДЬ

При использовании лесенки нагрузка на спину лошади меньше, чем при посадке с земли, но освоить надо оба способа – на случай, например, если придется садиться в седло на прогулке. Используйте устойчивое основание, которое выдержит ваш вес, и по возможности попросите кого-нибудь подержать лошадь.



1 ПРОВЕРЬТЕ ПОДПРУГИ

Подтяните подпруги, чтобы седло не сползло, когда вы будете садиться, затем опустите стремена.

2 ЛИЦОМ К ХВОСТУ

Подберите поводья левой рукой. Положите руку перед холкой лошади, чтобы она лежала устойчиво и не тянула поводьями рот. Встаньте лицом к хвосту лошади. Поверните стремя по часовой стрелке к себе и вставьте в него носок левой ноги.





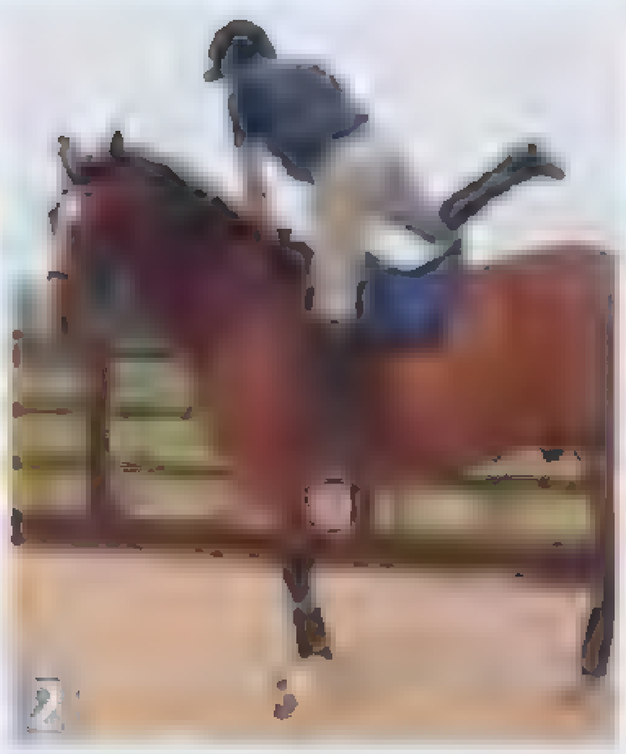
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ПОСАДКА НА ЛОШАДЬ С ЗЕМЛИ

Остановите лошадь – если она не стоит на месте, разверните ее головой к стене, изгороди или забору. Подтяните подпруги. **Шаг 1.** Подберите левой рукой поводья достаточно коротко, чтобы лошадь не двигалась. Положите руку перед холкой лошади, вставьте носок левой ноги в стремя и положите руку на правую сторону седла. **Шаг 2.** Оттолкнитесь, перенесите ногу через круп лошади и мягко опуститесь в седло. Разберите поводья.



Вставьте левую ногу в стремя



Перенесите ногу через круп лошади



3 ОТТОЛКНИТЕСЬ

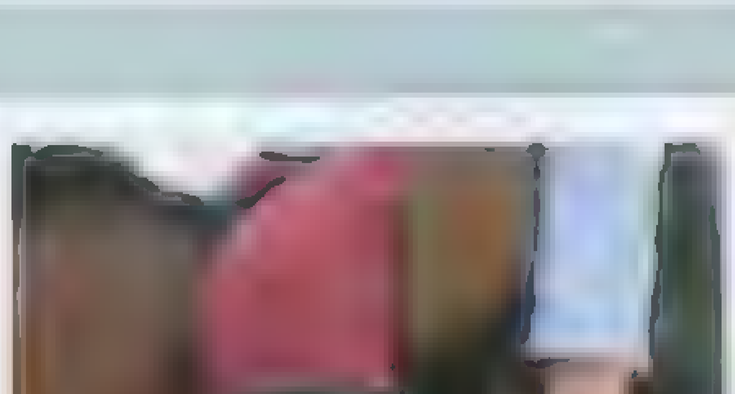
Повернитесь лицом к лошади, чтобы ваше колено оказалось напротив седла, старайтесь не толкнуть лошадь носком ноги. Правой рукой возьмитесь за седло с правой стороны и оттолкнитесь, перенося вес на носок.

4 ПЕРЕНЕСИТЕ НОГУ

Перенесите правую ногу через круп лошади, не задевая его, и одновременно передвигая правую руку вперед. Мягко опуститесь в седло и возьмите стремя носком правой ногой.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Чтобы затянуть** подпруги с седла, держите ноги в стременах. Переместите одну ногу перед крылом седла, поднимите крыло, подтягивайте каждую пристругу по очереди.
- **Чтобы подогнать** стремя с седла, не вынимайте ногу. Возьмитесь за конец путлища и нащупайте пряжку. Положите большой палец на пряжку, расстегните ее и подгоните длину путлища. Затем подтяните внутреннюю часть путлища вниз, чтобы пряжка находилась под шнеллером.



Подтягивание подпруг



Подгонка стремян

ПРАВИЛЬНАЯ ПОСАДКА

Правильная посадка важна для комфорта лошади – ваш вес давит на позвоночник и внутренние органы – и для эффективной езды. Только если вы сидите правильно, вы достигаете равновесия, необходимого, чтобы давать лошади понятные ей посылы и следовать ее движениям, не мешая ей, не цепляясь за повод и не напрягаясь.

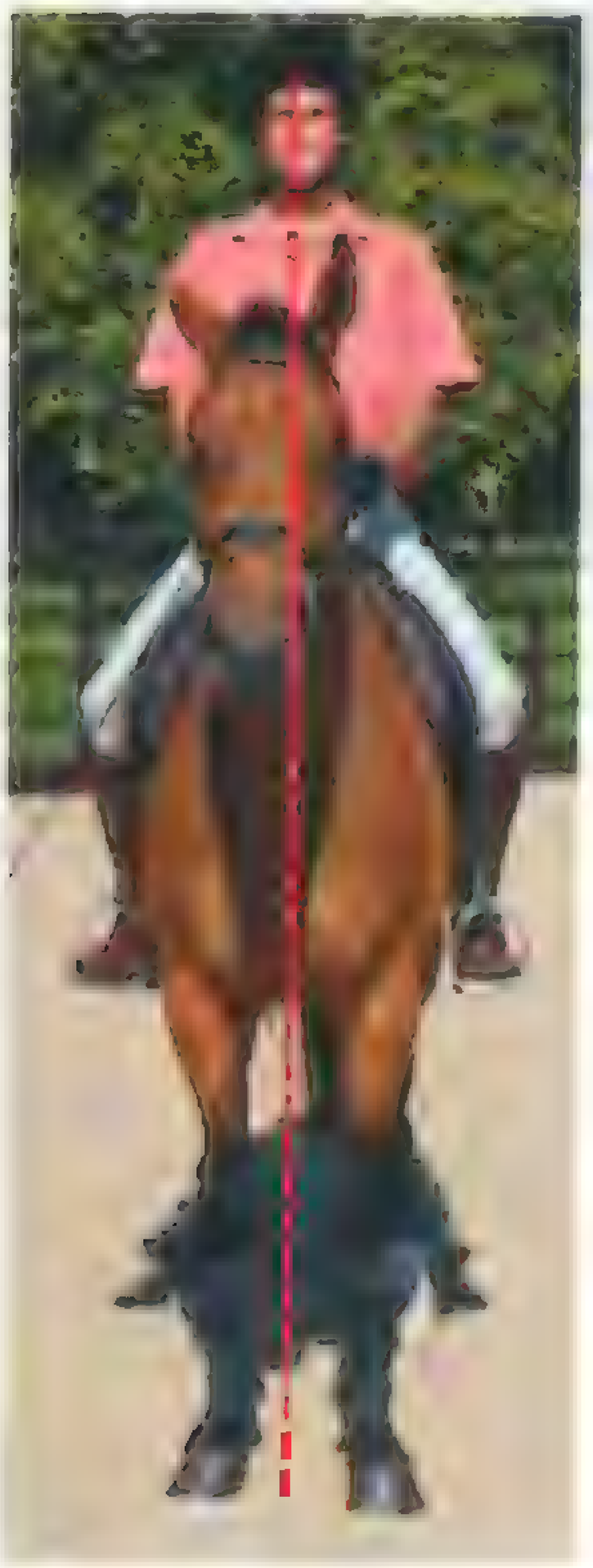
ПРАВИЛЬНАЯ ПОСАДКА

Сидите в самой глубокой части седла. равномерно распределив вес на седалищные кости, держите спину прямо, но расслабленно. Представьте, что к вашей голове прикреплен воздушный шарик, который тянется вверх, и немного «вырастите» верхней частью корпуса; это лучший способ распрямить позвоночник, чем выпячивание груди или прогиб спины.

Для разбора поводьев возьмите один повод в каждую руку, сожмите кисти в кулак, большие пальцы друг к другу. Пропустите поводья между мизинцем и безымянным пальцем. Разверните кулаки вертикально, большие пальцы придерживают поводья сверху.



СИДИТЕ ПРЯМО
Сидя в седле. представьте прямую линию, идущую от внешнего края плеча через бедра к пяткам.



ЦЕНТР ТЯЖЕСТИ
Сидите в центре седла. Держите голову естественно; если поднять подбородок слишком высоко, это вызовет напряжение шеи, спины и плеч.



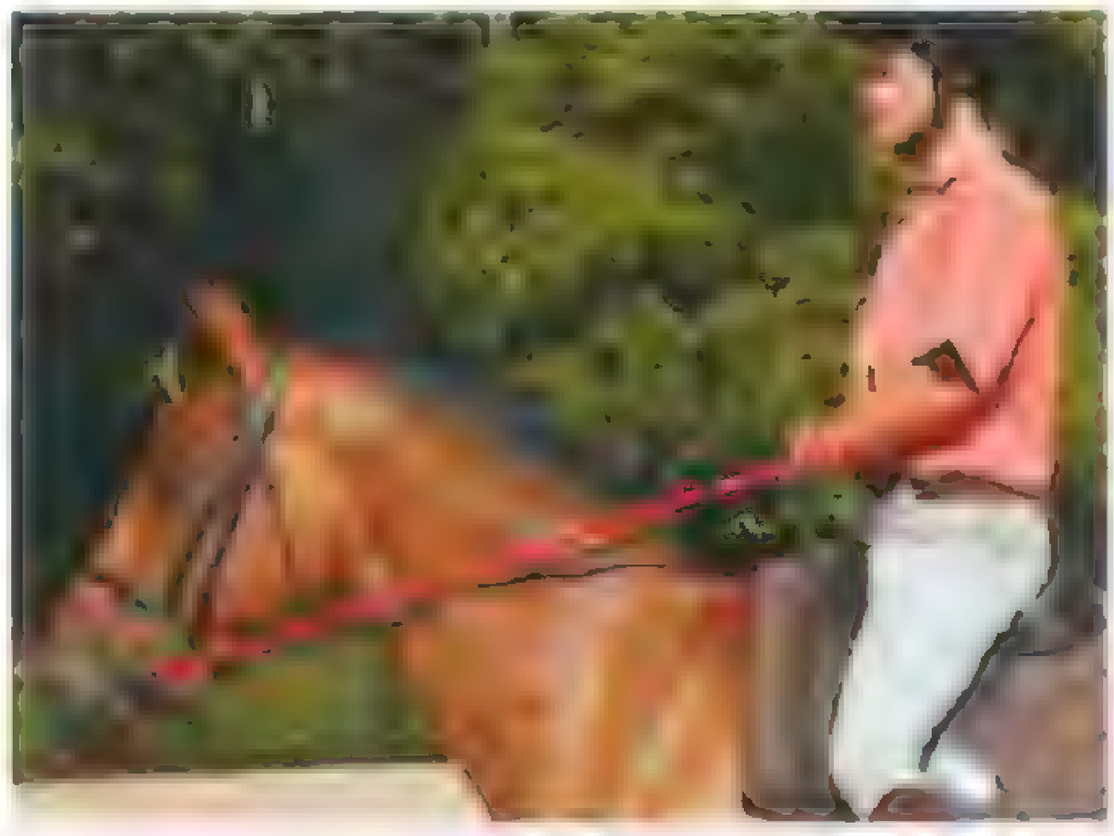
ВЫРОВНЯЙТЕ ВАШЕ ТЕЛО
Когда вы сидите прямо, голова и позвоночник должны находиться на одной линии с головой и позвоночником лошади, копчик не касается седла.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Посадка должна** быть расслабленной и равновесной.
- **Руки до локтя** должны быть свободно опущены по бокам.
- **Не тряситесь** в седле, поскольку все ваше тело будет раскачиваться.
- **Не садитесь** в седле слишком далеко назад, так вы будете сутулиться.



Напряженный всадник с прогнутой поясницей



ВЫРОВНЯЙТЕ РУКИ И ЛОКТИ

Держите руки на правильной высоте, чтобы от рта лошади через руки к локтям можно было провести прямую.

Держите голову *прямо, чтобы не напрягалась шея*

Смотрите вперед *в направлении, куда хотите ехать*

Держите руки *максимально спокойно; поводья соединены со ртом лошади, и беспокойные движения рук только запутают ее.*

Держите тело *вертикально, но не слишком напряженно*

Ваш вес *должен равномерно распределяться на седалищные кости.*

Ступни *должны смотреть вперед, а вес перенесен на каблуки*

СРЕДСТВА УПРАВЛЕНИЯ

Вы говорите лошади, что вы от нее хотите, используя особые сигналы средств управления. Основа естественных средств управления – хорошая посадка, поддержанная работой шенкелей, повода и, в некоторой степени, голоса. Искусственные средства управления, например хлысты и шпоры, следует употреблять с осторожностью.

ПОДАЧА КОМАНД

Ваши команды должны быть ясны и не противоречивы, чтобы лошадь понимала, что от нее требуется. Это возможно. лишь когда вы правильно сидите в седле и можете воздействовать разными частями тела независимо друг от друга, для чего потребуется сочетание умения, гибкости и координации. Гипертрофированные движения не нужны, они мешают лошади понять вас. К каждому воздействию средств управления лошадь нужно подготовить: иными словами, поставить лошадь в такое положение, из которого ей легче выполнить ваше требование. Для этого вам надо научиться синхронизировать высылающие и сдерживающие воздействия с движениями лошади.

ТИПЫ СНАРЯЖЕНИЯ

ШПОРЫ

Шпоры позволяют усилить посылы шенкелем и сделать их более точными. Использовать их должны только опытные всадники, которые могут воздействовать шенкелями независимо от корпуса. Шпоры имеют разную длину, но всегда в пределах нескольких сантиметров, и всегда с тупыми концами. Их использование должно быть минимально.



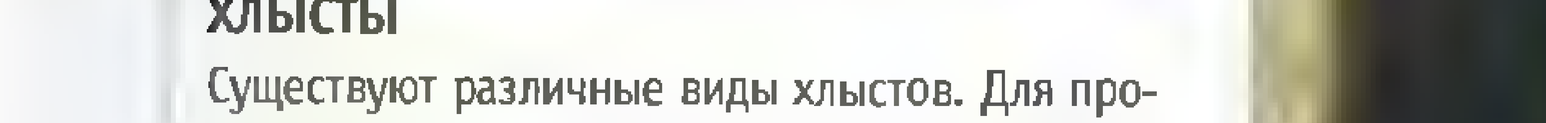
Шпора, прикрепленная к ноге всадника

ХЛЫСТЫ

Существуют различные виды хлыстов. Для прогулок и конкура используется воздействие коротким хлыстом сзади шенкеля для усиления действия последнего. Чтобы пользоваться хлыстом, вы должны научиться уверенно управлять лошадью, держа поводья в одной руке. Хлыст для выездки длиннее, и опытные всадники используют его, держа поводья двумя руками.

Конкурный хлыст

Хлыст для прогулок



Выездковый хлыст

ЕСТЕСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА УПРАВЛЕНИЯ

Ваши ягодицы, шенкеля и руки – основа хорошей езды. Голос также может помочь, но командуйте спокойно и по необходимости.

РАЗВИТИЕ ЧУВСТВА ЛОШАДИ

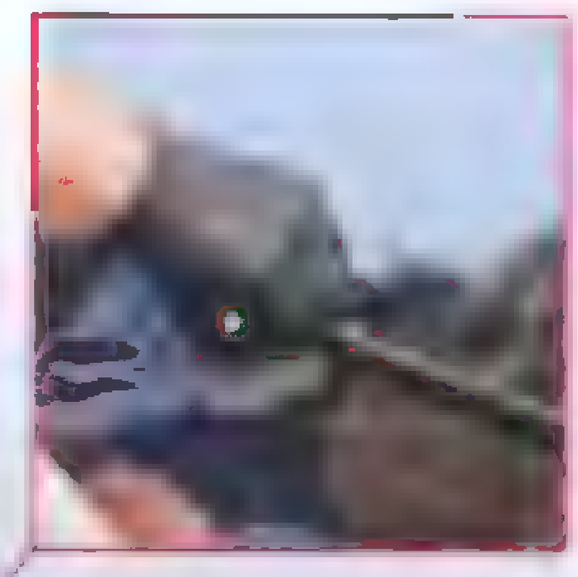
Лошадь должна выполнять всё, что вы от нее требуете, но обращайтесь с ней тактично, а не властно. Вам надо научиться использовать средства управления, не глядя на лошадь, и чувствовать, когда и как она реагирует. Если хорошо выезженная лошадь не выполняет ваших требований. задумайтесь, эффективны ли используемые средства управления. Когда она делает то, что вы просите, уменьшите воздействие, чтобы она поняла, что сделала все правильно. С опытом вы научитесь отличать «вредность» от шалости.



***Голосом** можно поощрить или успокоить лошадь, но не запутывайте ее*

***Вес тела** важен для управления лошадью*

***Ягодицы** помогают выслать лошадь вперед или замедлить движение*



***Руки** поддерживают темп движения через постоянный ровный контакт со ртом лошади*



***Шенкеля** и корпус высылают вперед и изменяют направление движения*

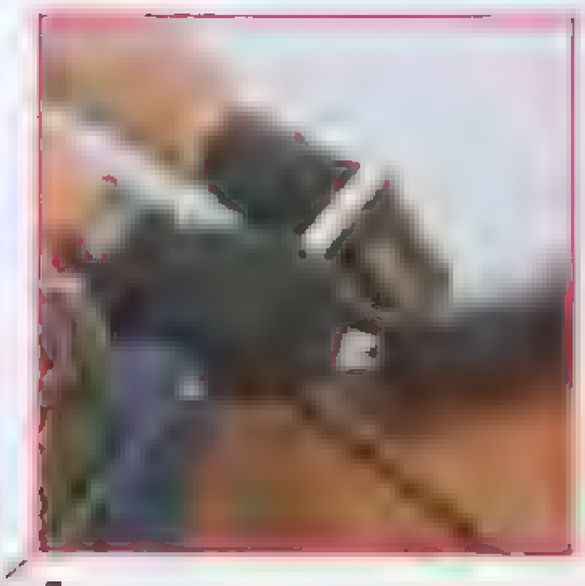
ДВИЖЕНИЕ И ОСТАНОВКА

Это основные умения, помимо поддержания равновесия и устойчивого контакта со ртом лошади. Контакт со ртом очень важен – если поводья слишком длинные, вы не контролируете лошадь, а, натягивая их, рвете ей рот, а если поводья чересчур короткие, она просто не может идти вперед.



1 ПРИГОТОВЬТЕСЬ К ДВИЖЕНИЮ ШАГОМ

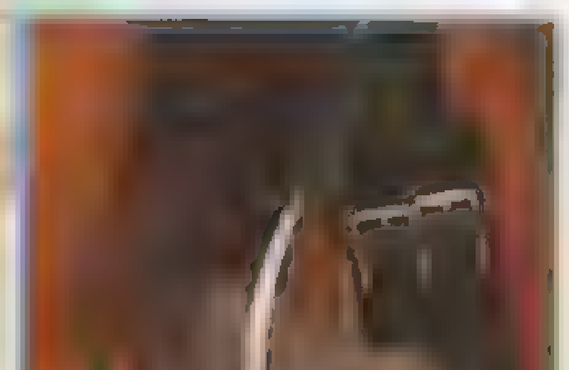
Убедитесь, что вы сидите в седле и держите поводья правильно. Слегка приподнимите поводья, чтобы на шагу лошадь могла вытянуть шею. Сожмите лошадь шенкелями у подпруги – это нормальное положение шенкеля при правильной посадке.



***Держите руки** вертикально, большими пальцами кверху, и поддерживайте мягкий контакт*

2 ДВИГАЙТЕСЬ ВПЕРЁД

Как только лошадь выполнила команды, не мешайте ее движению и, поддерживая контакт шенкелей и поводьев, ослабьте воздействие. Так лошадь понимает, что она все сделала правильно.



***Разверните** ступни вперед, чтобы высылать лошадь шенкелем*

ОСТАНОВКА

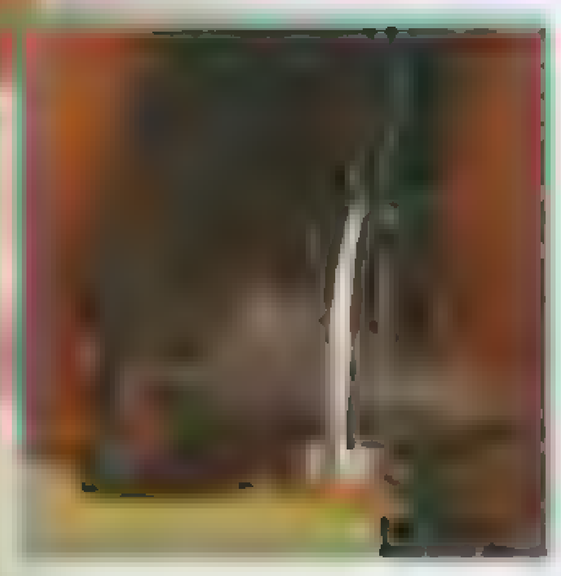
Остановка и замедление скорости движения – основные навыки, которые необходимо освоить на всех аллюрах, но на первых уроках концентрируйтесь на остановках с шага. Простое натягивание поводьев может причинить лошади боль, и тогда она будет мотать головой, чтобы уйти от воздействия поводом. Остановка – это **совместное** действие корпуса, шенкеля и повода.



Смотрите вперед *и убедитесь, что лошадь движется прямо*



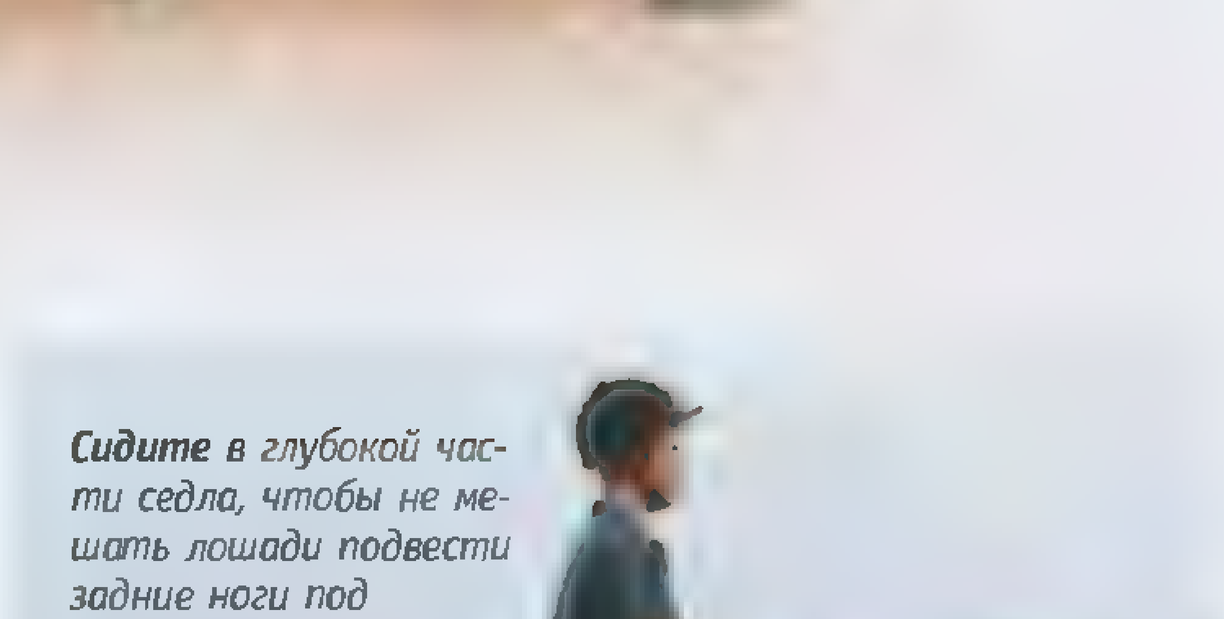
Натяните поводья *решительно, но не резко, одинаково левый и правый*



Шенкеля должны *быть готовы поддержать воздействие корпуса и поводьев*

1 ПОДГОТОВЬТЕСЬ К ОСТАНОВКЕ

Убедитесь, что вы ровно сидите в седле. Сидите прямо, в глубокой части седла, голова поднята. постарайтесь уменьшить движения корпуса. Слегка нажмите шенкелями у подпруги.



Сидите *в глубокой части седла, чтобы не мешать лошади подвести задние ноги под корпус*

2 ОСТАНОВКА

Сожмите поводья руками, чтобы натолкнуть лошадь на повод, затем равномерно и крепко натяните поводья. (Если сразу натянуть повод, то лошадь «растянется»: встанет неровно. Нужно, чтобы она подвела задние ноги под корпус и лишь потом остановилась.) Ослабьте воздействие, если лошадь послушалась.

ПОВОРОТЫ

Когда вы поворачиваете налево или направо, вы направляете лошадь корпусом и шенкелем. Поводья также важны, но они лишь вспомогательное средство, и лошадь должна поворачивать, а не только сгибать шею. Это значит, что лошадь поворачивает всем телом и не теряет равновесие и импульс.

1 ПОДГОТОВЬТЕСЬ К ПОВОРОТУ

Смотрите в том направлении, куда хотите повернуть. Внутренней рукой – той, что направлена внутрь манежа, – окажите легкое давление на повод, затем ослабьте. Это предупреждает лошадь, что скоро надо будет поворачивать.



***Руки должны** двигаться в сторону поворота, а не к себе*

***Держите** внутренний шенкель у подпруги, а наружный – за подпругой*

РАССМОТРИТЕ

ПОВОРОТ НАПРАВО

Всадник слегка придерживает лошадь и открывает правый повод. Он смотрит направо – корпус следует за взглядом – и использует шенкеля: внутренний – у подпруги, наружный – за подпругой, чтобы лошадь двигалась вперед.



Поддерживайте *движение лошади вперед, оставаясь в центре седла*

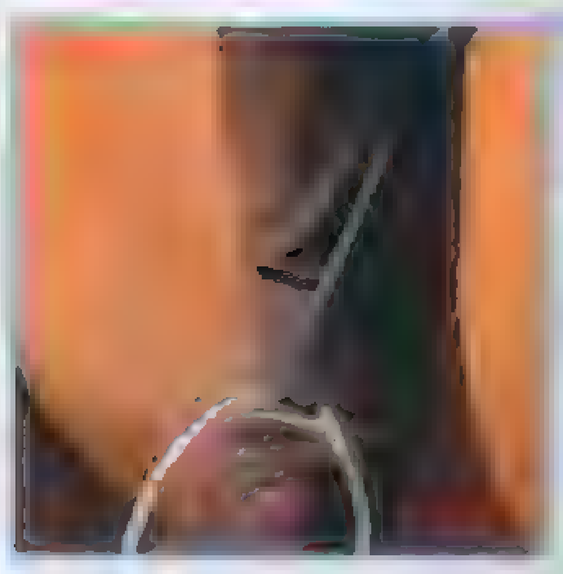


Не мешайте *лошади выполнять поворот, поддерживайте внутренним поводом до окончания поворота*

Просите *лошадь повернуть заранее – не сворачивайте ее голову в сторону*

2 СГИБАЙТЕ ЛОШАДЬ

Теперь переместите внутреннюю ру… с поводом в сторону поворота. Это назыв… ется «открыть повод». Держите внутре… ний шенкель у подпруги, наружный пе… реместите чуть назад и нажмит… обоими шенкелями одновре… менно.



Воздействуйте *шенкелями до окончания поворота*

3 ЗАВЕРШИТЕ ПОВОРОТ

Продолжайте смотреть в сторо… поворота и работать шенкелями, чтобы лошадь сгибалась всем телом, а не только шеей. Когда вы закончили поворот, распрямите корпус, руки и шенкеля и уверенно двигайтесь вперед.



СПЕШИВАНИЕ

Полагается спешиваться на левую сторону лошади – возможно, это уходит корнями к тем временам, когда мужчины носили слева оружие. Действия должны выполняться последовательно и плавно, чтобы не испугать лошадь.



НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не бросайте** поводья и не позволяйте лошади двигаться.
- **Полностью** остановите лошадь перед спешиванием.
- **Держите** хлыст в левой руке вдоль плеча лошади.
- **Потренируйтесь** спешиваться на обе стороны.

1 НАКЛОНИТЕСЬ ВПЕРЁД

Выньте обе ноги из стремян и возьмите поводья в левую руку. Затем положите левую руку с поводьями на шею лошади для опоры и наклонитесь вперед под углом примерно 45°. Не падайте ей на шею.

2 ПЕРЕНЕСИТЕ НОГУ ЧЕРЕЗ КРУП

Положите правую руку на переднюю луку. Обопритесь на руки и перенесите правую ногу назад, вверх и через круп лошади, стараясь не коснуться его.

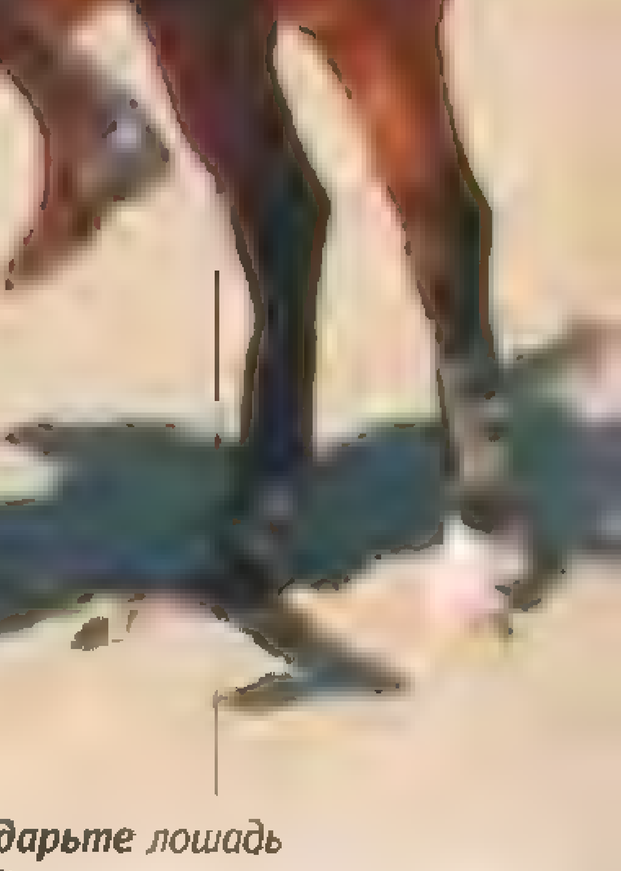
Не ударьте лошадь ногой, перенося ее через круп

РАССМОТРИТЕ

СПЕШИВАНИЕ

Остановите лошадь и сохраняйте контакт поводьев во время спешивания. Бросьте стремена, положите левую руку на холку, а правую – на переднюю луку. Перенесите правую ногу через круп лошади и плавно опуститесь на землю.





Держите поводья, *чтобы они не провисали*

3 СОГНИТЕ КОЛЕНИ

Ваше тело должно естественным образом соскользнуть на землю близко к лошади. Приземлитесь на обе ноги, согните колени, чтобы смягчить приземление. Сразу же распрямитесь, не отпускайте поводья.

Согните колени *и держите спину ровно во время приземления*

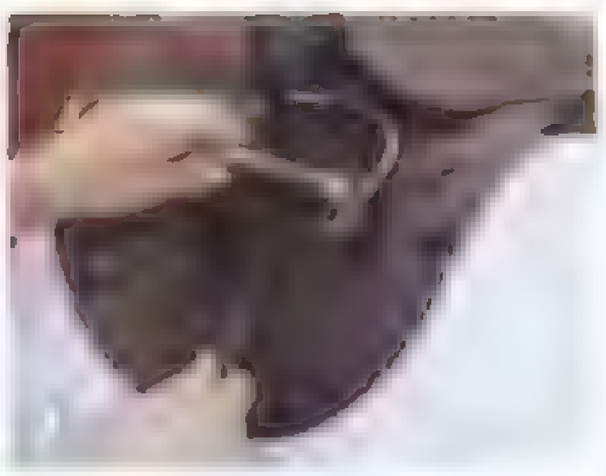
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ПОДТЯНИТЕ СТРЕМЕНА

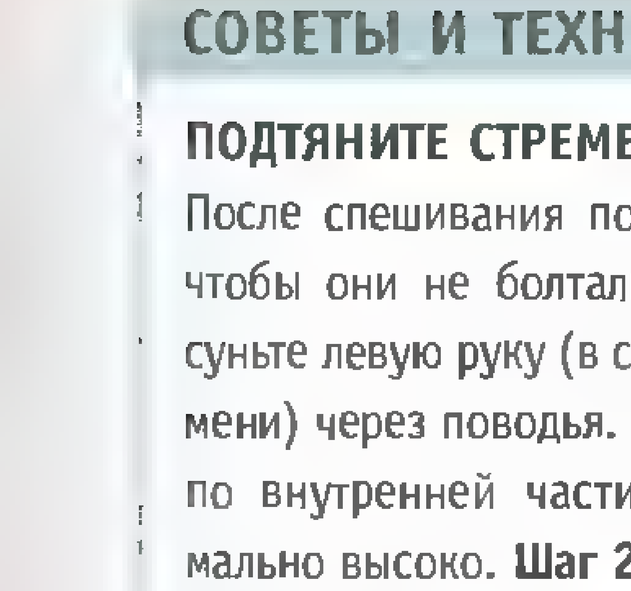
После спешивания подтяните стремена, чтобы они не болтались. **Шаг 1.** Просуньте левую руку (в случае левого стремени) через поводья. Поднимите стремя по внутренней части путлища максимально высоко. **Шаг 2.** Просуньте конец путлища сквозь стремя.

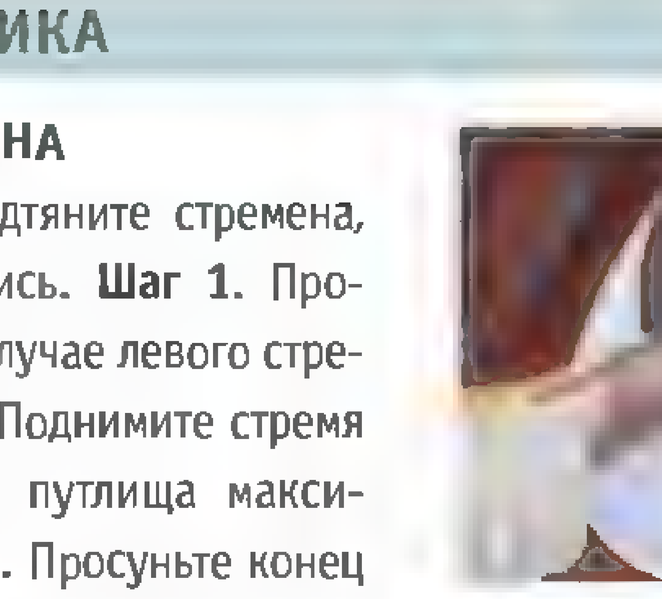


Поднимаем стремя



Фиксируем стремя





ЧЕТЫРЕ АЛЛЮРА

Каждый аллюр дает свои ощущения. Причины этого – ноги лошади двигаются в разной последовательности, и угол ее тела относительно земли может изменяться. На шагу и рыси корпус лошади параллелен земле, на кентере и галопе он двигается вверх, когда лошадь отталкивается задними ногами, и вниз, когда она вытягивает вперед передние ноги.







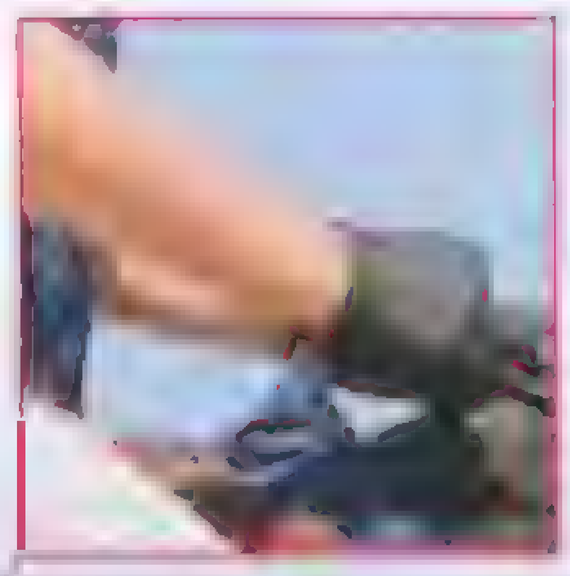


ДВИЖЕНИЕ ШАГОМ

Шаг – это аллюр в 4 темпа, не имеющий стадии подвисания – другими словами, хотя бы одна нога лошади всегда находится на земле. Этот аллюр может много рассказать о лошади: например, хороший, пружинистый шаг с длинным махом и хорошей работой мышц означает, что и другие аллюры качественные.

1 СЛЕДУЙТЕ ДВИЖЕНИЯМ ЛОШАДИ

Двигаясь шагом по прямой, не забывайте о равновесии. Расслабьте поясницу, чтобы ваше тело естественным образом следовало за движениями лошади. Поддерживайте ровный контакт поводьев, не мешайте лошади двигаться вперед.



Держите *плечи и шею расслабленными*

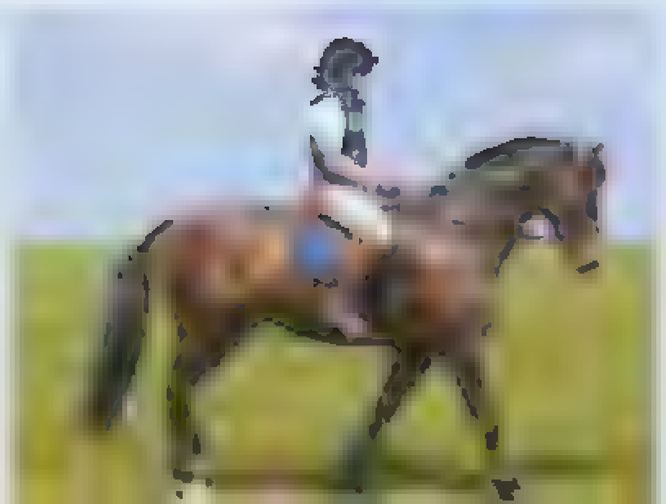
Посадка *должно лишь слегка отличаться от положения при остановке*

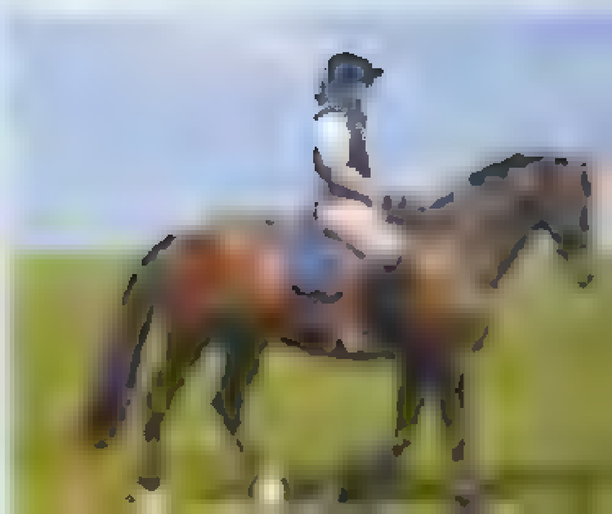
Поддерживайте *легкий контакт со ртом лошади*

РАССМОТРИТЕ

ДВИЖЕНИЕ ШАГОМ

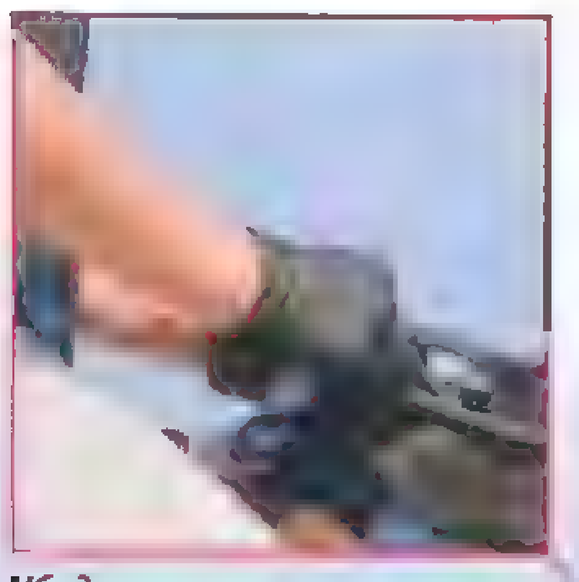
На обычном, рабочем, шагу следы задних копыт лошади должны перекрывать следы передних. Аллюр должен быть активным, но не заторопленным, все темпы – одинаковой длины.





2 ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ

Сидите прямо и поддерживайте контакт шенкелями. Не нужно толкать или нажимать шенкелем, если лошадь не сопротивляется. Вы должны ощущать шенкелями движения боков лошади. Руки должны следовать естественному вытягиванию шеи лошади.



Убедитесь, *что ваши руки не мешают лошади двигаться и сохраняют контакт*

Расслабьте *поясницу, бедра, тазовый пояс*

Смотрите *в направлении движения*

Лошадь *на шагу держит голову естественно*

Поддерживаите *контак*

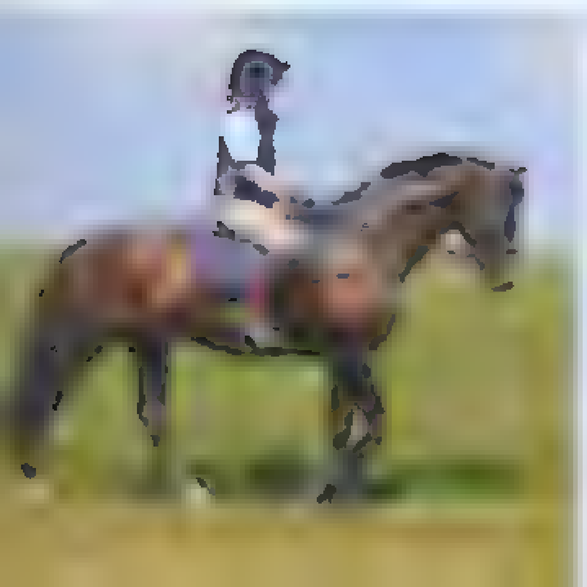
ЛОШАДЬ В ДВИЖЕНИИ

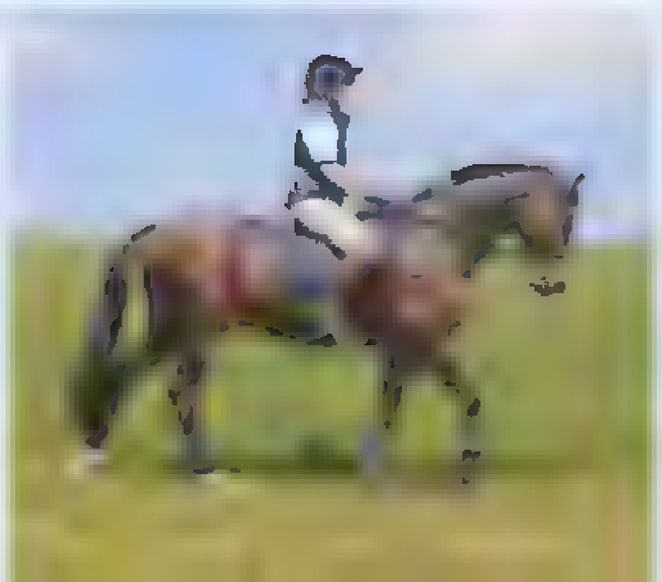
ПРАВИЛЬНЫЙ ШАГ

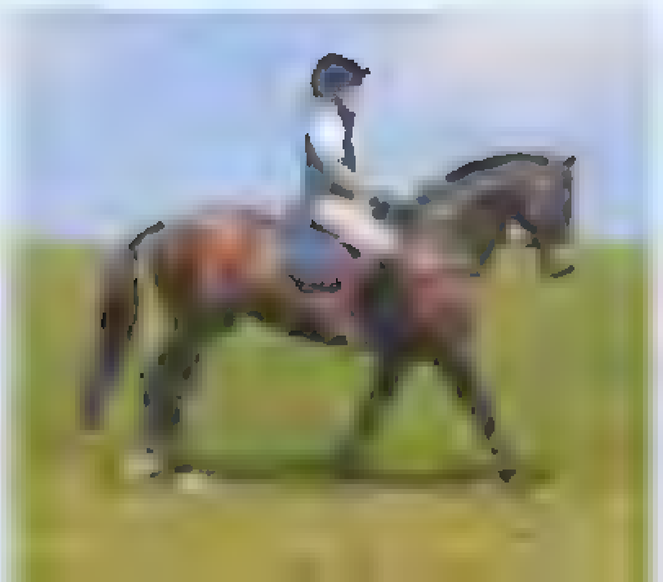
Понаблюдайте за лошадью, шагающей на свободе или на корде. Отметьте, как работают мышцы – особенно верхняя линия – спина, круп и верхняя часть шеи.

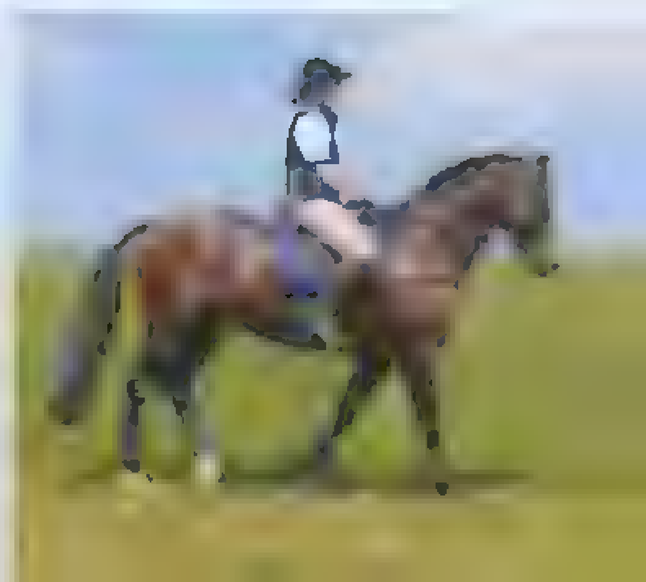


Лошадь, шагающая на корде









ПЕРЕХОД С ШАГА В РЫСЬ

Ваша первая рысь будет не очень комфортной, но не расстраивайтесь – переход из шага в рысь один из самых трудных, но вскоре вы поймете его суть. Ключ к успеху – расслабиться и сохранять правильную посадку и центр равновесия, чтобы двигаться вместе с лошадью, а не опережать ее усиленными движениями или чрезмерным наклоном корпуса вперед.



1 ПРИГОТОВЬТЕСЬ К РЫСИ

Сначала возьмите поводья короче, если это необходимо. На рыси шея лошади не так сильно вытягивается вперед, как на шагу, и, если поводья слишком длинные, в начале рыси вы потеряете контакт со ртом лошади.

2 ВЫШЛИТЕ В РЫСЬ

Прижмите шенкеля – так же, как в начале движения шагом, но чуть сильнее. Давление должно быть одновременным и одинаковым.



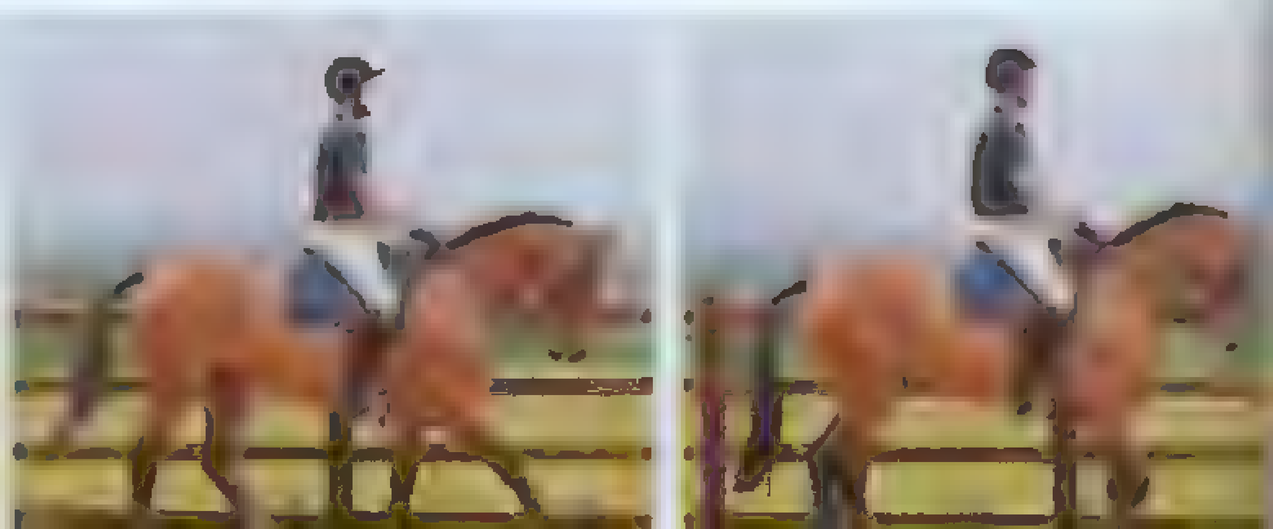
СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

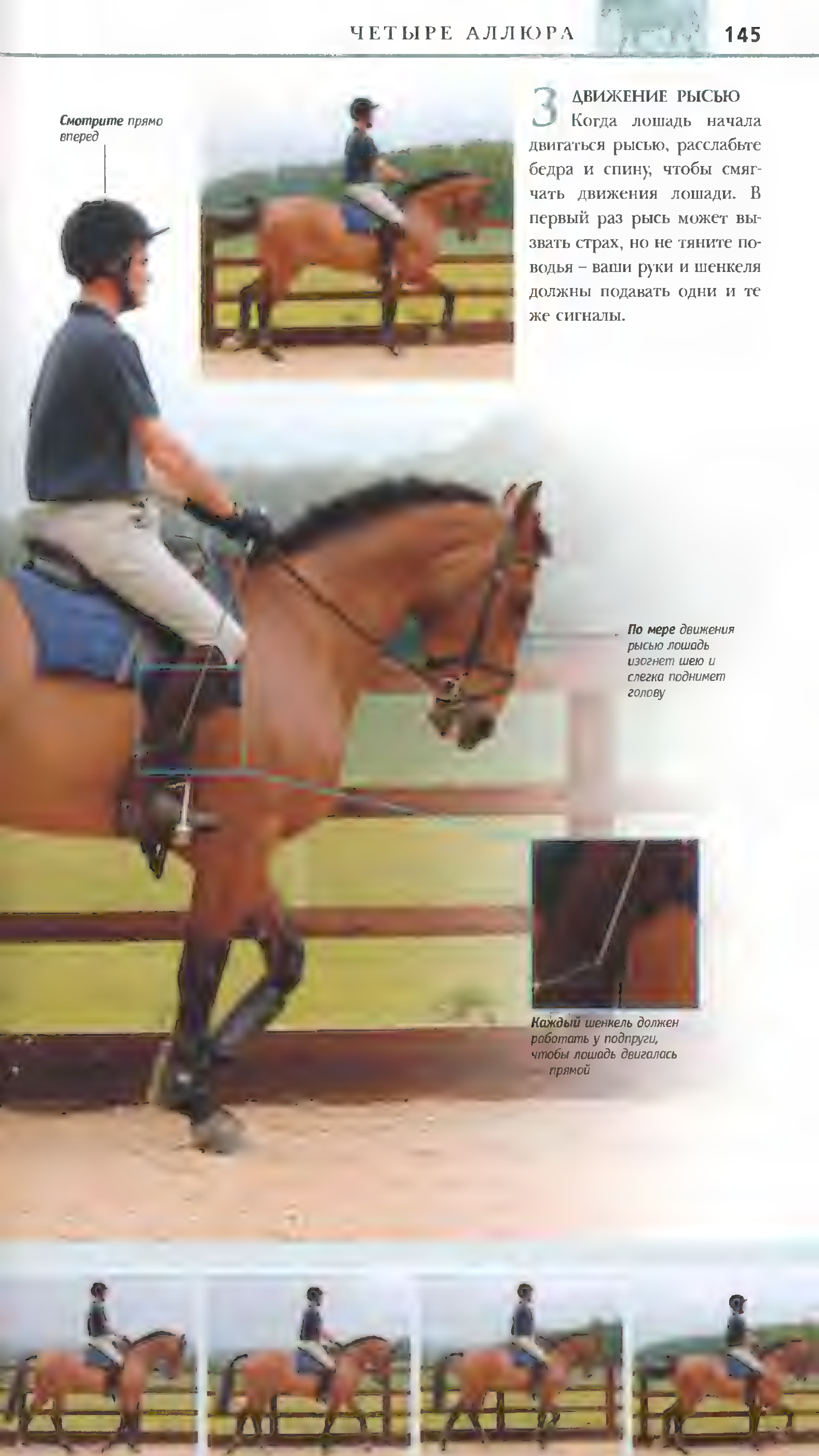
- **Во время** первых попыток рыси держите поводья в одной руке, а другой возьмитесь за переднюю луку, чтобы сохранить равновесие. Но не позволяйте лошади вытягивать ваше тело из седла и нарушать равновесие.
- **Сидите** на учебной рыси (*см.* с. 146–147) первые несколько темпов. Это укрепит посадку и задаст правильный ритм.

РАССМОТРИТЕ

ПЕРЕХОД С ШАГА НА РЫСЬ

Укоротите поводья и поддерживайте ровный контакт; прижмите оба шенкеля, чтобы лошадь пошла быстрее. Сделайте учебной рысью несколько темпов, затем слегка подайте корпус вперед и позвольте движениям лошади выталкивать вас на облегченной рыси.





***Смотрите** прямо вперед*

3 ДВИЖЕНИЕ РЫСЬЮ

Когда лошадь начала двигаться рысью, расслабьте бедра и спину, чтобы смягчать движения лошади. В первый раз рысь может вызвать страх, но не тяните поводья – ваши руки и шенкеля должны подавать одни и те же сигналы.

***По мере** движения рысью лошадь изогнет шею и слегка поднимет голову*

***Каждый** шенкель должен работать у подпруги, чтобы лошадь двигалась прямой*

ДВИЖЕНИЕ РЫСЬЮ

Рысь – это аллюр в 2 темпа с фазой подвисания, ноги лошади двигаются диагональными парами. Ритм должен быть ровным. Рысь может быть учебная (всадник плотно сидит в седле, его спина смягчает удары) и облегченная, или строевая, в старой литературе – английская (всадник приподнимается на стременах через темп).



1 ОСТАВАЙТЕСЬ В СЕДЛЕ

Сделайте несколько темпов учебной рыси перед тем, как начать облегчаться. На учебной рыси вам легче почувствовать, движется ли лошадь вперед или замедляет темп и переходит на шаг – и на учебной рыси легче выслать лошадь шенкелями.

2 ПОДНИМИТЕСЬ В СЕДЛЕ

Слегка наклоните корпус вперед, перенесите вес на пятки и слегка приподнимайте ягодицы и бедра над седлом, используя колени как шарниры. Вы обнаружите, что движения лошади естественным образом выталкивают вас из седла.

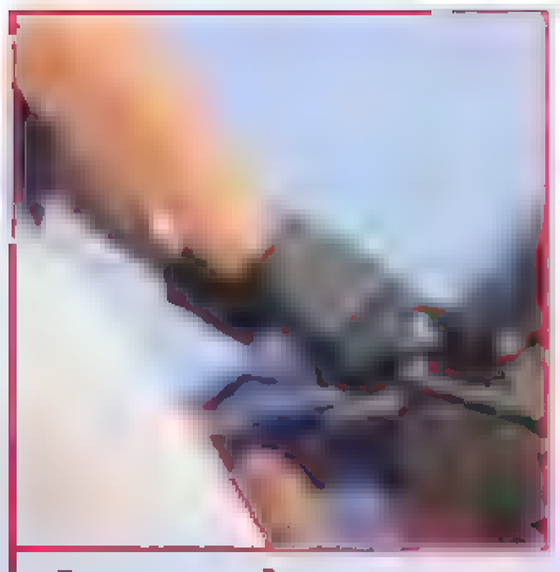
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

УЧЕБНАЯ РЫСЬ

Чтобы не терять равновесие на учебной рыси, сидите прямо и расслабьте спину, иначе вы будете болтаться в седле, что болезненно и для вас, и для лошади. Учебная рысь без стремян – хороший способ укрепления посадки, особенно в процессе обучения, но не следует забывать, что это большая нагрузка для спины лошади. Если лошадь не привыкла к этому, увеличивайте нагрузку постепенно, по мере укрепления мышц ее спины.



Смягчайте движение спиной

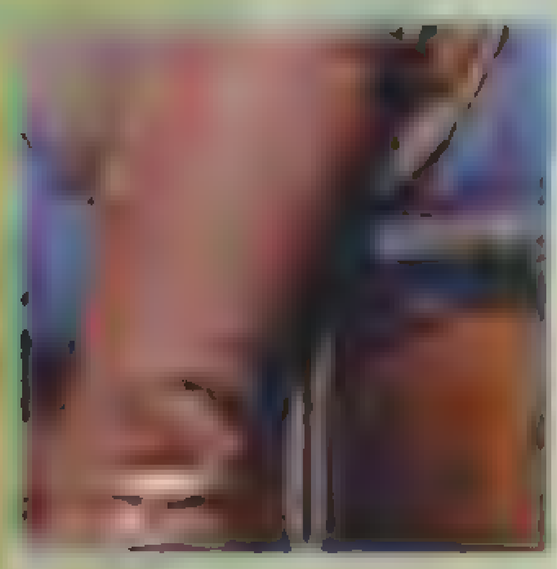


***Все время** держите руки максимально спокойно*



3 СЯДЬТЕ В СЕДЛО

Сохраняйте равновесие, когда ваш вес опускается в седло, расслабьте бедра. и вы естественным образом опуститесь в седло. Ваше тело должно опускаться плавно, смягчая движения, чтобы не травмировать спину лошади.



***Держите** шенкеля спокойно, а пятки – вниз*

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ОБЛЕГЧАТЬСЯ ПОД ПРАВИЛЬНУЮ ДИАГОНАЛЬ

Поскольку ноги лошади движутся диагональными парами, вы можете облегчаться под любую диагональ. «Под левую диагональ» означает, что вы поднимаетесь, когда левая передняя и правая задняя ноги касаются земли; «под правую диагональ» – когда правая передняя и левая задняя на земле. Когда вы едете по кругу, вы должны облегчаться под внутреннюю ногу – когда внутренняя передняя нога касается земли, вы привстаете, зто помогает лошади сохранить равновесие в углах и на поворотах. Если вы часто облегчаетесь под определенную диагональ, мышцы спины лошади развиваются неравномерно, поэтому старайтесь менять диагональ даже на прогулке.

ПЕРЕХОД С РЫСИ НА ШАГ

Переходы на более медленный аллюр должны выполняться с хорошим импульсом, как и переходы на более быстрый аллюр, лошадь должна активно двигаться вперед. Поддерживайте ровный контакт и подготовьте лошадь – замедляйте темп, сохраняя ритм – перед тем, как выполнить переход.



1 ПОДГОТОВКА К ПЕРЕХОДУ В ШАГ
Убедитесь, что поводья одинаковой длины. Если вы едете облегченной рысью, сделайте несколько темпов учебной рыси перед переходом. Таким образом вы можете воздействовать корпусом для замедления движения.



2 СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕХОД
Решительно и аккуратно, чтобы не травмировать рот лошади. натяните поводья. поддерживая контакт. Сядьте в седло глубоко и работайте шенкелями спокойно.

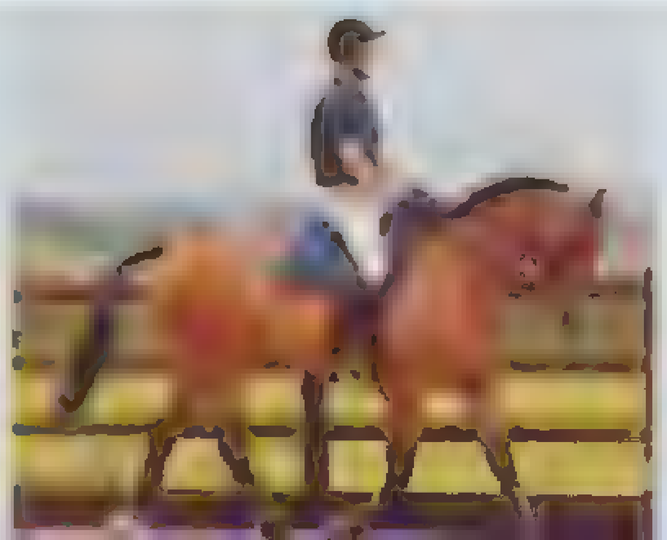


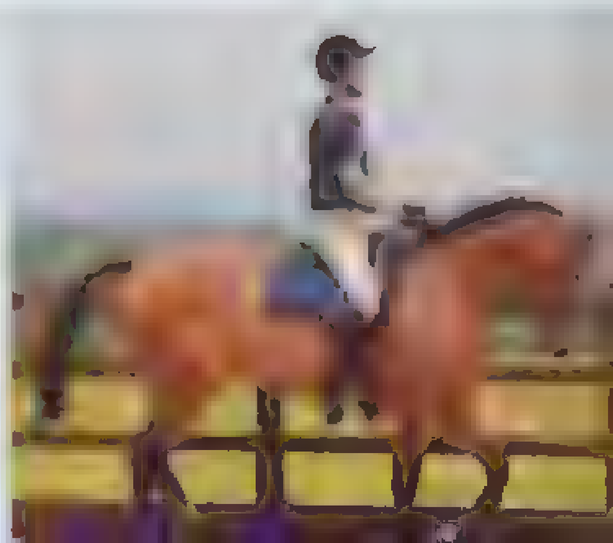
***Вышлите** лошадь на повод равномерным действием шенкелей*

РАССМОТРИТЕ

ПЕРЕХОД ИЗ РЫСИ В ШАГ

Замедлите рысь, если нужно, но поддерживайте равномерный ритм. Перейдите на учебную рысь, сидите прямо, расслабьте спину и бедра. Натяните или сожмите поводья, чтобы лошадь перешла на шаг, затем ослабьте давление, чтобы лошадь не останавливалась.





3 ПОДДЕРЖИВАЙТЕ КОНТАКТ

Как только лошадь переходит на шаг, ее шаги удлиняются, и ей необходимо вытянуть шею, поэтому немного отдайте повод. Для этого разожмите пальцы и позвольте поводу немного проскользнуть между ними, но не распускайте поводья, чтобы не потерять контакт. Сидите прямо, потому что, если вы качнетесь, словно натолкнувшись на что-то, лошадь сделает то же самое.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

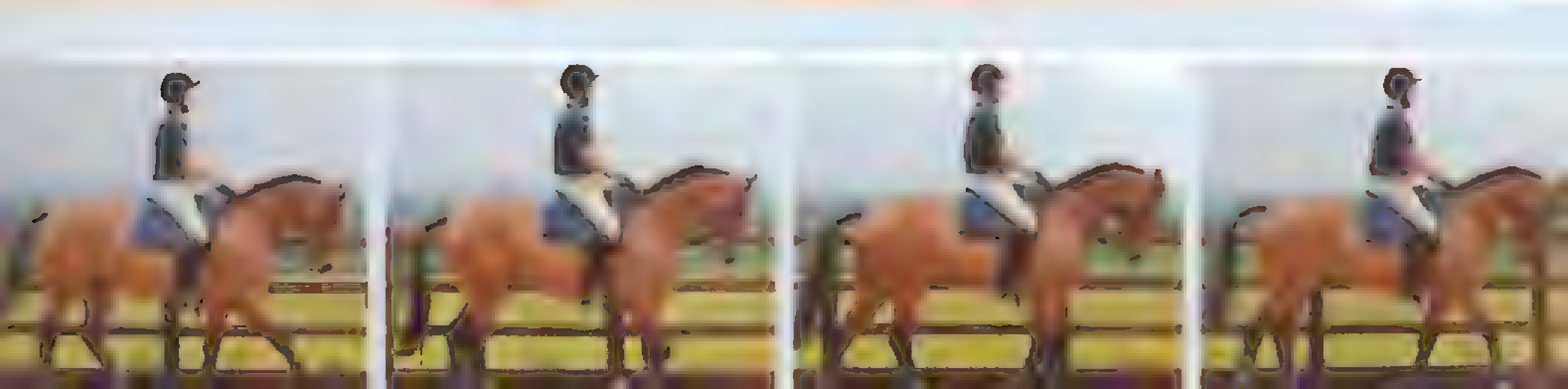
- **Когда вы** впервые выполняете этот переход, не беспокойтесь об импульсе и ритме – просто сядьте в седло и дайте команду на переход в шаг.
- **Как только** лошадь перейдет на шаг, сохраняйте правильную посадку и активно двигайтесь вперед, чтобы она не спотыкалась передними ногами.



Поддерживайте *равномерный контакт поводьев, чтобы не причинить лошади боль*

Сидите *прямо и крепко, расслабьте спину*

Замедлите *движение лошади, перенеся вес на ягодицы, чтобы замедлить движения своего тела, а значит, и лошади*



ПЕРЕХОД ИЗ РЫСИ В ГАЛОП

Галоп (кентер) – аллюр в 3 темпа: слышны 3 удара копыт о землю, затем фаза подвисания, и цикл повторяется с задней ноги. Чтобы подняться в галоп, лошадь подводит заднюю ногу под корпус и отталкивается. Для этого рысь должна быть активной и уравновешенной, с большим импульсом.



1 ПОДГОТОВКА К ГАЛОПУ
Двигайтесь равномерной, активной, но не заторопленной рысью. Создайте хороший импульс, сократите рысь, затем перед подъёмом в галоп перейдите на учебную рысь.

2 ПОДНИМИТЕ В ГАЛОП
Для подъема в галоп отдайте и наберите внутренний повод. Слегка отставьте наружный шенкель и вышлите за подпругой. Внутренний шенкель у подпруги поддерживает импульс.



СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Думайте заранее** – планируйте каждый элемент перехода.
- **Перенесите** чуть больше веса на внутреннюю седалищную кость перед переходом.
- **Иногда** полезно подать корпус вперед, чтобы облегчить движение спины лошади во время перехода.
- **Помните**, что, когда шенкеля побуждают лошадь двигаться вперед, поводья не должны этому мешать – не тяните поводья.
- **Немного отдайте** повод, когда лошадь поднимется в галоп.

РАССМОТРИТЕ

ПЕРЕХОД С РЫСИ В ГАЛОП

Убедитесь, что рысь энергичная, но контролируемая. Перед переходом сделайте несколько темпов учебной рыси. Воздействуйте обоими шенкелями – наружным чуть сзади подпруги, если вам нужен подъем галоп с определенной ноги, – и отдайте повод.





Немного отдайте *повод, когда лошадь поднимется в галоп*



3 ПРОДОЛЖАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ ГАЛОПОМ

Позвольте лошади двигаться вперед, отдав повод, но сохраняя контакт. Сохраняйте равновесие, чтобы вес тела лошади приходился на задние ноги.

ЛОШАДЬ В ДВИЖЕНИИ

ПРАВИЛЬНЫЙ ГАЛОП

На галопе лошадь ставит одну переднюю ногу впереди другой. Это ведущая нога. В манеже надо галопировать с внутренней ноги. Ноги лошади опускаются на землю, начиная с наружной задней и заканчивая внутренней передней, поэтому воздействуйте наружным шенкелем сзади подпруги, чтобы начать галоп с наружной задней ноги.



Галоп с правильной ноги



ДВИЖЕНИЕ ГАЛОПОМ

Рабочий галоп – плавный стремительный аллюр, которым лошади легко идти; темп в зависимости от ситуации можно изменять. Собранный галоп может быть довольно медленным, а прибавленный и полевой галопы имеют широкий мах.



1 ХОРОШИЙ ГАЛОП

Галопирующая лошадь должна двигаться вперед в равновесии, принимать повод и быть управляемой. Большинство лошадей гибче и лучше управляются при галопе с определенной ноги, поэтому старайтесь ездить с галопом с каждой ноги одинаковое время даже на прогулках.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

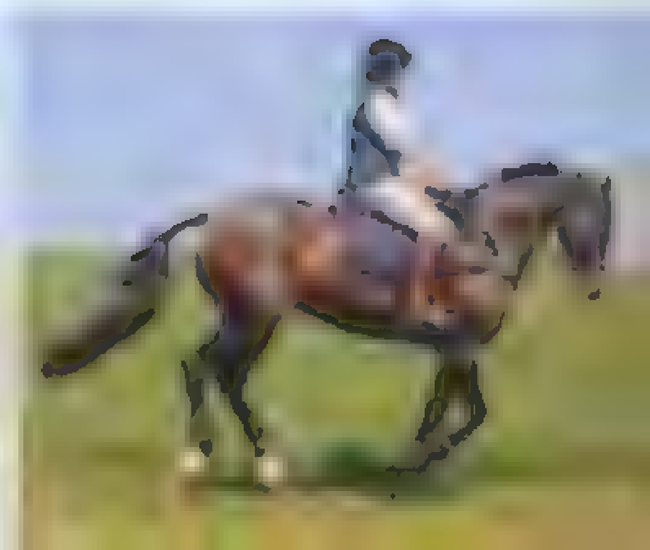
- **Не позволяйте** лошади крестить – передвигать ноги в неправильной последовательности. Причиной этого могут быть слабый посыл или то, что лошадь идет на переду. Это легко распознать: вы ощутите неровный галоп.
- **Переведите** лошадь на рысь, если она крестит, восстановите равновесие и снова поднимите в галоп.

РАССМОТРИТЕ

ДВИЖЕНИЕ ГАЛОПОМ

Рабочий галоп – активный уравновешенный аллюр. Поддерживайте хороший контакт для контроля, но не мешайте лошади двигаться. На этих фото видно небольшое покачивание на галопе – всадник тоже должен быть в равновесии.





***Научитесь** чувствовать, с какой ноги галопирует лошадь, не глядя вниз*

***Сидите** гибко, чтобы ваш корпус и руки следовали движениям лошади*

2 СИДИТЕ ГЛУБОКО В СЕДЛЕ

На рабочем и собранном галопе сидите глубоко в седле, сохраняя вертикальное положение корпуса. Рабочий галоп должен быть энергичным и устойчивым, что идеально для прогулок, и в то же время контролируемым, что важно для тренировок.

Всегда двигайтесь рабочими аллюрами прежде, чем переходить к собранным, чтобы настроить лошадь.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ПОЛЕВОЙ ГАЛОП

Для езды на большой скорости используйте полевую посадку (перенесите вес на каблуки и слегка поднимите ягодицы), и слегка наклонитесь вперед. Держите равновесие, шенкеля должны быть спокойны.



Посадка на полевом галопе

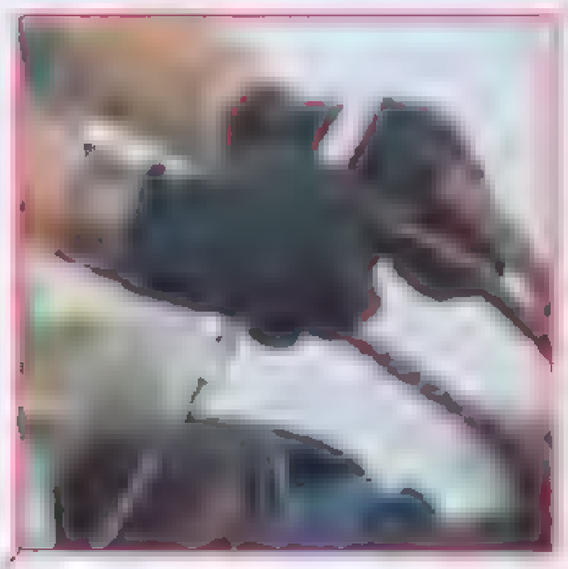


ПЕРЕХОД С ГАЛОПА В РЫСЬ

Выполняя переход на более медленный аллюр, не забывайте, что задние ноги лошади делают на темп больше, чем передние. В связи с этим необходимы поддержание импульса и посыл вперед при постоянном контакте, а не слишком резкая остановка поводом, в результате которой лошадь сразу «встает, как вкопанная»



1 ПОДГОТОВКА К ПЕРЕХОДУ В РЫСЬ Подумайте заранее и сделайте несколько темпов с замедлением скорости перед переходом. Если нужно, выполните полуодержку – команду для кратковременного «замедления», после которой происходит немедленное ослабление воздействия средств управления, и лошадь поддерживает скорость движения, но настраивается на дальнейшие команды.



***Отдайте** и наберите поводья – не делайте резких неожиданных движений*

2 ДАЙТЕ КОМАНДУ НА РЫСЬ Крепко сидите в седле, плотно прижмите шенкеля к бокам лошади и равномерно натяните поводья.

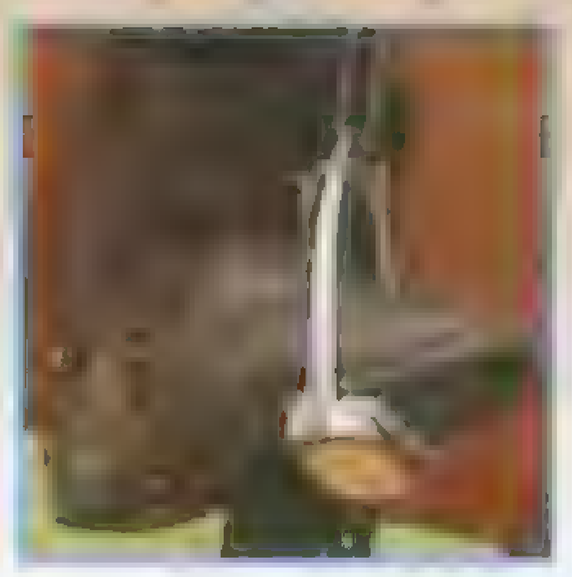


***Голос** может помочь замедлению движения – длинное и плавное «рысь-ю» с нисходящей интонацией помогает сделать команду яснее*

***Перенесите** вес вниз и сидите прямо, чтобы лошади легче было замедлить скорость*

3 ВПЕРЁД РЫСЬЮ

Сделайте несколько темпов учебной рысью, ваше тело должно смягчать движения лошади. Прижимайте шенкеля, чтобы рысь была активной, но крепко держите поводья, если лошадь снова пытается перейти на галоп. Как только вы установили нужную скорость движения, двигайтесь облегченной рысью.



***Используйте шенкеля**, чтобы создать импульс*

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Просите** лошадь замедлить скорость руками, при этом шенкеля побуждают лошадь двигаться вперед. Это обеспечивает сбор и сокращает рамку лошади, при этом задние ноги подведены под корпус и шея и голова приподнимаются, что помогает лошади быть в равновесии, а вам – управлять ею.
- **Не позволяйте** рамке лошади растягиваться, как на этом фото. Корпус лошади здесь также наклонен в сторону поворота. Если добавить вес всадника, равновесие будет легко нарушено.

Потеря равновесия при галопе на корде

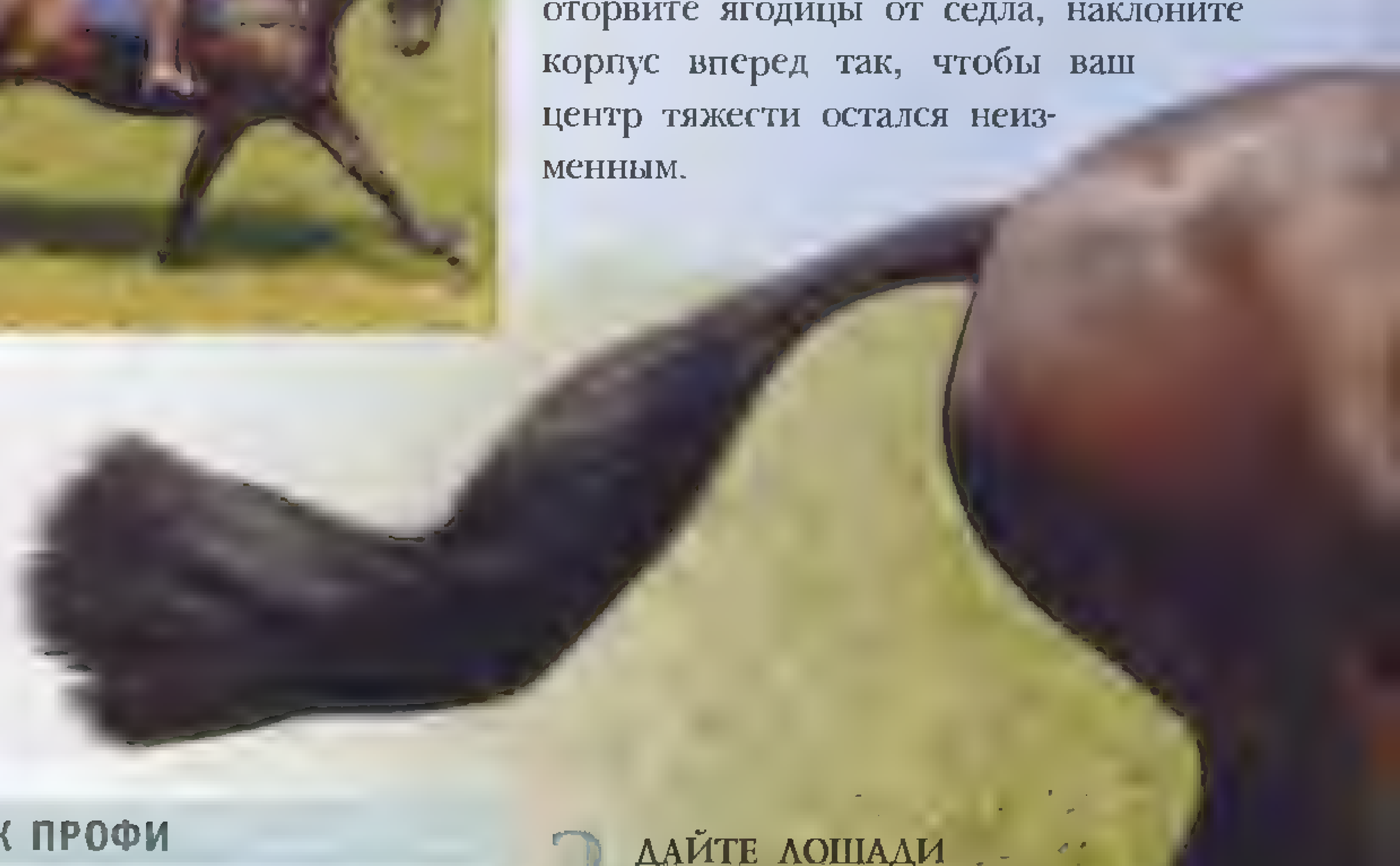
КАРЬЕР

Это быстрый, стремительный аллюр, требующий больших пространств. На замедленной записи слышны 4 удара копыт и пауза – стадия подвисания. Двигайтесь карьером, только если вы опытный всадник, умеющий безопасно остановить лошадь.



1 ПОДЪЁМ В ГАЛОП

Укоротите поводья и двигайтесь вперед стремительным кентером. Затем вышлите лошадь шенкелями для ускорения. Примите полевую посадку – слегка оторвите ягодицы от седла, наклоните корпус вперед так, чтобы ваш центр тяжести остался неизменным.



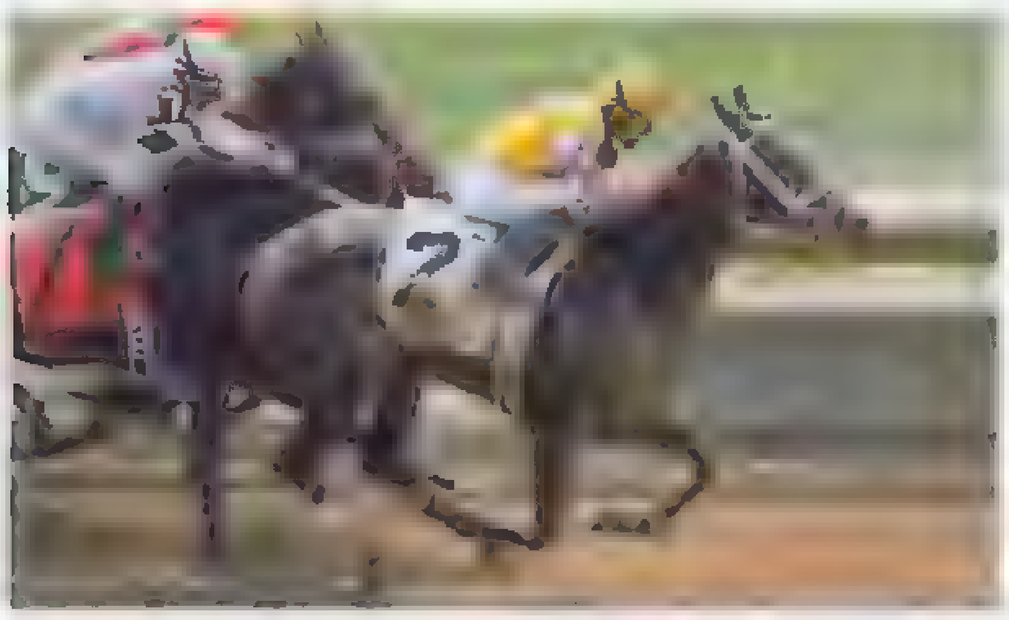
2 ДАЙТЕ ЛОШАДИ СВОБОДУ

Позвольте лошади вытянуть шею и удлинить рамку, иначе она не сможет двигаться карьером. Сделать это позволяет полевая посадка, поводья при этом держите достаточно коротко, чтобы контролировать лошадь.

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

ГЛАДКИЕ СКАЧКИ

Особенно захватывающие зрелище – несущиеся карьером лошади в гладких скачках – встаньте у старта, чтобы лучше видеть. Обратите внимание на то, как жокеи склоняются над шеями лошадей.



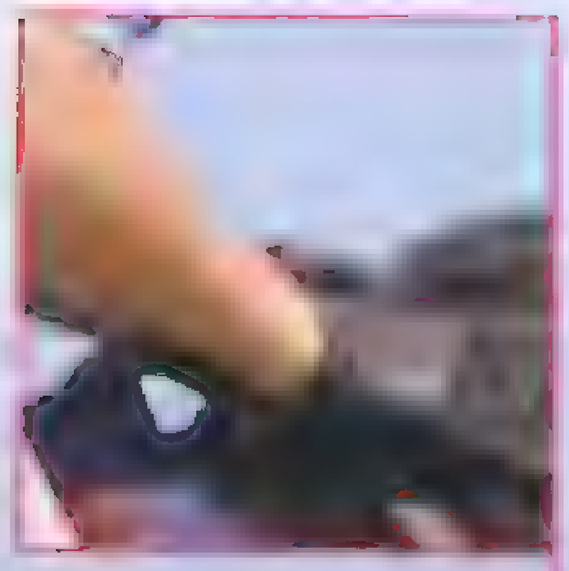
Гладкие скачки в Кентукки, США

РАССМОТРИТЕ

ДВИЖЕНИЕ КАРЬЕРОМ

Рамка лошади удлиняется, тело лошади оказывается ниже и растягивается. При движении с правой ноги последовательность ударов копыт следующая: левая задняя, правая задняя, левая передняя, правая передняя, затем стадия подвисания.





***Пусть ваши** руки движутся вместе с движениями головы лошади*

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Если вы** собираетесь скакать карьером по сельской местности, убедитесь, что это безопасно. Вам нужен простор не только для скачки, но и для остановки.
- **Не забывайте**, что дорожками пользуются и другие, и не пугайте скот в полях.



***Укоротите** стремена* [illegible] *бы вы могли* [illegible] *них, держа поводки вни*



СЛОЖНЫЕ АЛЛЮРЫ

Кроме обычных, или рабочих, аллюров бывают сокращенные, средние и прибавленные. На собранных, или сокращенных, аллюрах лошадь делает более короткие и высокие шаги, ее рамка сокращается. Средние и прибавленные аллюры покрывают больше пространства, рамка лошади удлиняется, но ритм остается неизменным.

ДВИЖЕНИЕ ШАГОМ

В тренинге шагу уделяется меньше внимания, чем рыси и галопу – хороший природный шаг чрезмерным тренингом легко испортить. Для тренировок очень важно научиться выполнять полуодержки для восстановления равновесия лошади. Дайте команду лошади остановиться, но, как только она начинает замедлять темп, позвольте ей снова двинуться вперед.



СРЕДНИЙ ШАГ

По мере приобретения опыта вы постепенно будете сокращать шаг, требуя от лошади большей активности зада при меньшей скорости, и так вы придете к среднему шагу. Лошадь должна идти в сборе и нести голову почти вертикально.



СОБРАННЫЙ ШАГ

Шаг сократить сложнее всего. Легко заторопить лошадь, стараясь придать импульс и тем сбить природный ритм. Подождите, пока и вы, и лошадь расслабитесь на других аллюрах, и лишь затем переходите к собранному шагу.



СВОБОДНЫЙ ШАГ

Чтобы поощрить лошадь за хорошую работу на тренировке, периодически шагайте на свободном поводу. Это необходимо, чтобы лошадь расслабилась. Поддерживайте легкий контакт, но отдайте повод, чтобы лошадь могла вытянуть шею.

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

ПРИБАВЛЕННАЯ РЫСЬ

Задние ноги создают огромную энергию, передние ноги вытягиваются, лошадь движется «на носочках». Рамка вытягивается сильнее, чем на средней рыси.



Мэри Ханна из Австралии на прибавленной рыси

ДВИЖЕНИЕ РЫСЬЮ

При обучении и лошади, и всадника рысь используется больше других аллюров, благодаря естественному импульсу, – это самый легкий аллюр для работы. У некоторых лошадей хороший природный ритм, других надо учить расслабляться и не торопиться, но лошадь не может расслабиться, если спина всадника напряжена. Облегченная рысь уменьшает напряжение лошади, а учебная рысь без стремян – хорошее средство для укрепления посадки.



СРЕДНЯЯ РЫСЬ

На средней рыси мах должен быть широким, но не позволяйте лошади двигаться слишком быстро или на переду. Чтобы научиться двигаться средней рысью, используйте повороты и углы манежа для восстановления равновесия, прежде чем выполнить среднюю рысь по длинной стенке.



СОБРАННАЯ РЫСЬ

Следующий этап работы необходим для развития сбора – слишком сильное замедление означает потерю импульса. Сперва работайте над средней рысью и только после этого начинайте сокращать аллюр, Как всегда, необходимы равновесие, ритм и гибкость.

ДВИЖЕНИЕ ГАЛОПОМ

Сначала важно научиться двигаться легким энергичным галопом, затем работать над изменением длины маха, но не позволяйте двигаться слишком быстро. Угол тела лошади слегка изменяется в зависимости от фазы галопа. Стадия подвисания, которую необходимо научиться чувствовать – это момент, когда вы можете требовать изменений. Ваши спина и бедра должны быть расслаблены, чтобы лошадь двигалась свободно.



СРЕДНИЙ ГАЛОП

Когда вы добились уравновешенного рабочего галопа, удлиняйте мах. Это должно происходить благодаря импульсу, создаваемому задними ногами, а не путем вытягивания шеи лошади. Следы задних копыт должны быть точно перед следами передних.



СОБРАННЫЙ ГАЛОП

На собранном галопе мах короче, задние ноги лошади подведены под корпус, рамка короче, чем на среднем галопе. Когда вы добились хорошего энергичного галопа, используйте полуодержки для восстановления равновесия и уменьшения скорости – и поддерживайте импульс.

В МАНЕЖЕ

Ровная площадка для верховой езды. прокрытая травой или песком. называется манеж – от французского manège – искусство верховой езды. Часто обучение происходит на открытых площадках. Если у вас нет возможности заниматься в манеже, вы можете поставить маркеры на поле с ровным грунтом.





РАБОТА В МАНЕЖЕ

Манеж используется для всех видов езды – от начального обучения до профессиональных тренировок. Его размеры должны быть не меньше 40 x 20 м, а в остальном подойдет любой. Полезно отметить хотя бы точки А, С, В и Е, чтобы обозначить структуру. По периметру обычно образуется канавка, но старайтесь ездить своим путём.

ГРУНТ

Грунт манежа может быть любой и состоять из одного или нескольких компонентов: травы, песка, кремнезема, резины. Обратите внимание, какой грунт под ногами – по чистому песку, например, трудно передвигаться, а смесь песка и мелких кусочков резины более пружинистая – и обратите внимание на участки, которые плохо сохнут – они могут быть скользкими. Уход за манежем очень важен; удаляйте навоз после работы и регулярно ровняйте грунт граблями.

МАРКЕРЫ В МАНЕЖЕ

Буквенные маркеры очень полезны. Тренер может использовать их на уроках – например, «перемена направления от М до К». Также полезно иметь ориентир, когда вы выполняете упражнение. Все схемы соревнований по выездке написаны с использованием буквенных маркеров. В манеже для выездки (*см.* с. 274) больше маркеров, чем в



РЫСЬЮ ЧЕРЕЗ ЖЕРДИ
Упражнения с использованием жердей полезны и доступны большинству всадников и лошадей.

более распространенном 40 х 20 м, но они всегда в одних и тех же точках. Вам также нужно выучить точки, на которые нельзя поместить маркеры, например, точка X – центр манежа.

ВМЕСТЕ С ДРУГИМИ ВСАДНИКАМИ

Персональный манеж – роскошь, скорее всего, вы будете заниматься в одном манеже с другими лошадьми, и работа независимо от них потребует внимательности и здравого смысла. Держите дистанцию не менее одного корпуса лошади, не подрезайте других всадников и не мешайте их работе. Если вы двигаетесь в противоположных направлениях, разъезжайтесь левыми плечами. Например, если вы едете ездой направо, съезжайте на внутренний круг. Всегда будьте вежливы – если вы ставите препятствия или жерди, размещайте их по внутреннему кругу, чтобы остальные могли их объехать.



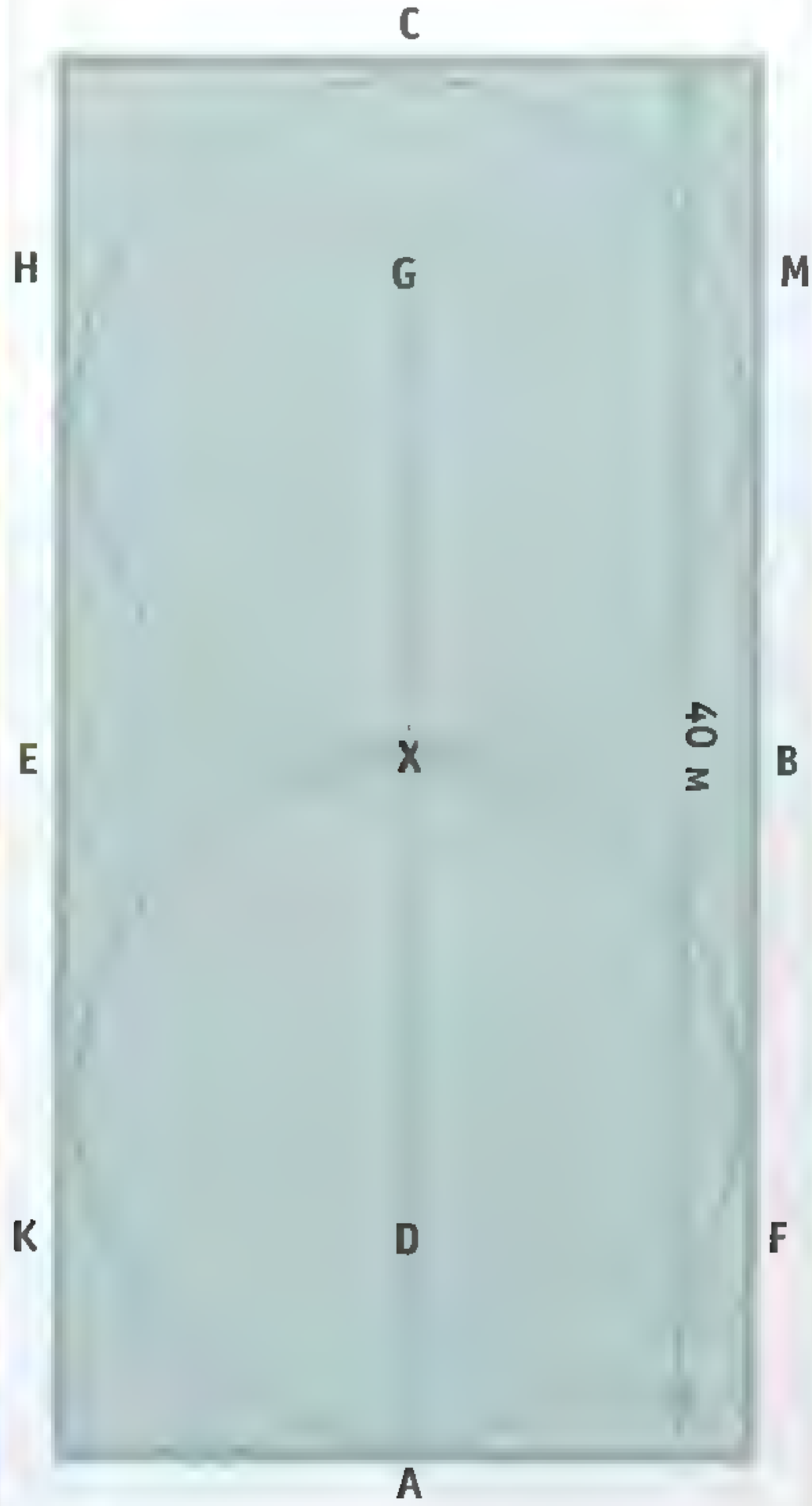
ХОРОШЕЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАНЕЖА

Используйте всю площадь манежа. Научитесь заезжать в углы и делать аккуратные круги, а не просто ездите от точки к точке.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

МАРКЕРЫ В МАНЕЖЕ

Общепринятые размеры манежа 40 х 20 или 60 х 20 м. Манеж меньшего размера подходит для езды и обучения, а для одновременной работы нескольких лошадей и прыжков нужна большая площадь. Стандартные точки всегда одинаковы, но если вы не можете обозначить все точки, отметьте хотя бы A, C, B и E.



Маркеры в манеже 40 х 20 м

НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ

Уроки необходимы не только новичкам – даже профессионалы высокого уровня работают с тренерами, чтобы отточить мастерство и получить помощь в определенных ситуациях. Определенные преимущества есть и у индивидуального, и у группового обучения, которые будут рассмотрены в этом разделе.

ТИПЫ УРОКОВ

В некоторых школах верховой езды предпочитают давать первые несколько уроков индивидуально, пока вы не научитесь контролировать лошадь, в других с самого начала обучение идет в группах. Затем вы выбираете сами. Индивидуальные занятия эффективнее, но дороже, групповые занятия дешевле, но внимание тренера будет распределено между всеми всадниками группы. Возможно, вам предложат занятия на корде. когда тренер контролирует лошадь с помощью длинной веревки, стоя в центре крута, а вы можете ездить без поводьев и стремян. Это прекрасный способ развить крепкую посадку и равновесие. Уроки на корде всегда индивидуальные, и для них нужна подходящая лошадь.



ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

Хороший тренер сделает групповые занятия весьма полезными. приспосабливая процесс обучения к нуждам каждого всадника.

ДЕРЖИТЕ ДИСТАНЦИЮ

При езде в смене держитесь примерно в 1,5 м (в одном корпусе) от впереди идущей лошади.

***Работайте** самостоятельно, пока тренер занят другими всадниками, а не проста следуйте за впереди идущей лошадью*

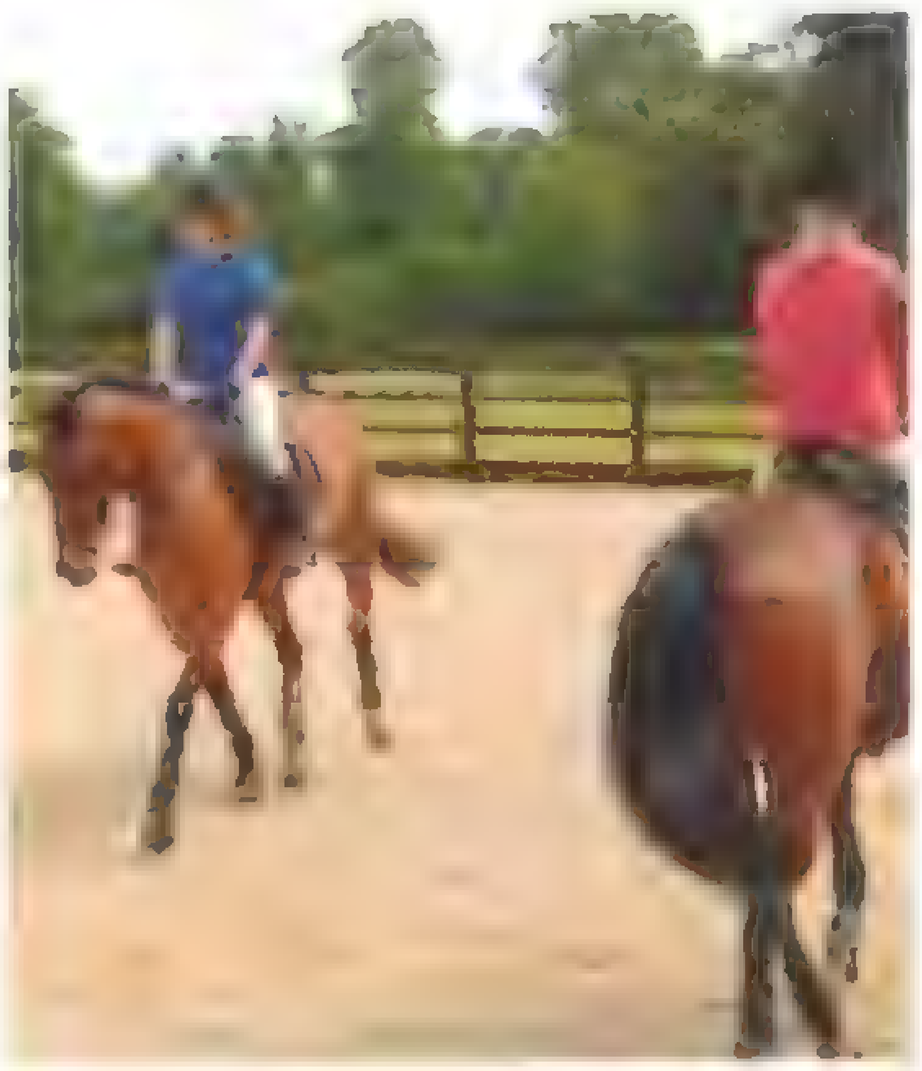


ВЫЕЗДЫ В ПОЛЕ

Некоторые тренеры выезжают с новичками в поле, держа их лошадь за чумбур, другие ждут, когда вы сами сможете контролировать лошадь. Езда вдоль дороги или по полям дает другие ощущения по сравнению с манежем. поэтому будьте терпеливы и доверьтесь тренеру.

ХОРОШИЙ ТРЕНЕР

Хороший тренер – увлеченный, уверенный, знающий и способный развить эти качества в своих учениках. Он должен быть наблюдательным и ладить и с лошадьми, и с людьми. Правила техники безопасности требуют, чтобы тренер тщательно продумывал упражнения, но это не означает, что вы все занятие будете ездить по кругу – есть много способов сделать обучение увлекательным, не превращая его в опасное занятие.



РАЗЪЕХАТЬСЯ ЛЕВЫМИ ПЛЕЧАМИ
Когда вам надо разъехаться со встречным всадником, разъезжайтесь левыми плечами на расстоянии около 1,5 м.



***Вы должны** видеть копыта впереди идущей лошади между ушами своей лошади*

ТЕРМИНЫ

ПО ВСЕМУ МАНЕЖУ

Когда вы заканчиваете выполнять движение, используя только часть манежа, инструктор подает эту команду, чтобы вы ездили по всей площади манежа.

ЕЗДОЙ НАЛЕВО И ЕЗДОЙ НАПРАВО

«Ездой направо» означает, что вы двигаетесь направо, по часовой стрелке. «Ездой налево» вы двигаетесь налево, против часовой стрелки.

ЕЗДА ПО НАРУЖНОМУ КРУГУ

Это движение по периметру манежа. Если манеж редко боронят, по наружному кругу копытами протоптана канавка.

ЕЗДА ПО ВНУТРЕННЕМУ КРУГУ

Воображаемый круг на 1,5 м ближе к центру, чем наружный круг. Используется, чтобы объехать других лошадей или начать упражнение.

ПЕРЕМЕНА НАПРАВЛЕНИЯ

Перемена направления – часто по диагонали через манеж, например, от К до М, или по прямой через центр от Е до В.

ВНУТРЕННЯЯ ДИАГОНАЛЬ

Движение облегченной рысью под внутреннюю диагональ (см. с. 147). Облегчение под внутреннюю ногу помогает лошади сохранять равновесие.

СМЕНА

Команда, используемая на групповых уроках, чтобы все всадники выполнили одно и то же, например, «Смена, рысью – марш».

ПО ГОЛОВНОМУ

Команда «по головному» требует, чтобы все двигались за всадником, возглавляющим смену.

ПРАВИЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ

Задняя часть тела лошади подобна заднему приводу машины: она обеспечивает движение, равновесие и импульс. Если источник силы движения – плечи лошади, ее вес уходит на передние ноги, лошадь идет «на переду». Это вызывает проблемы – от напряжения передних ног до неправильного хода лошади и потери равновесия всадника.

ДВИЖЕНИЕ ВПЕРЁД

Ключевое понятие правильного движения – «Всегда вперёд, спокойно и прямо!». Когда вы поводом сдерживаете лошадь, обязательно ослабляйте воздействие, как только желаемый эффект достигнут. Замедляя скорость корпусом и руками и одновременно высылая шенкелями вперед, вы можете перераспределить энергию от направления вперед к направлению вверх. Лошадь при этом выше поднимает ноги, а не ускоряет темп, и отталкивается задними ногами – это называется «импульс». Если работать так, сохраняя постоянный ритм, лошадь естественно и правильно придет к сбору.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

Некоторые лошади пытаются избежать сбора, «считая», что это легче, чем правильно выполнить упражнение. Обычно они делают это двумя способами.

- **Не позволяйте** лошади опускать голову слишком низко – это называется «за поводом». Неопытному глазу это может показаться красивым, но на самом деле лошадь напряжена и работает неправильно.



Лошадь «за поводом»

- **Не позволяйте** лошади слишком задирать голову, или идти «через повод». Спина при этом прогибается, что вызывает дискомфорт, и вы теряете контроль.



Лошадь идет «через повод»

В СБОРЕ

Когда лошадь в правильном сборе, движение начинается от задних ног. Шея и затылок расслаблены, голова держится почти вертикально.



ИМПУЛЬС ВАЖНЕЕ СКОРОСТИ

Импульс и скорость можно сравнить с передачами в автомобиле. На пятой передаче машина движется с большой скоростью, но при этом мало силы и контроля руля. Лошадь, двигающаяся «через повод» или от плеч, может развивать большую скорость, но, вероятно, поскользнется в углу манежа. В то же время, если энергия идет от задних ног и преобразуется в вертикальные движения одновременно с горизонтальными (импульс), лошадь более управляема и приятна в езде.

Сидите правильно, *чтобы эффективно управлять лошадью*

Вы должны *находиться в гармонии с лошадью*

Лошадь *двигается активно, но не слишком быстро*

Лошадь, *которая двигается правильно, выглядит счастливой, внимательной и спокойной*

ЛОШАДЬ В ДВИЖЕНИИ

ЧТО ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ

Правильное движение дает чувство гармонии, которое ни с чем не спутать. Вы обнаружите, что вы легко управляете силой и энергией, сохраняя легкий контакт поводом. Вы сидите расслабленно, но крепко; лошадь движется вперед не заторопленно, но активно, шаги равномерны, лошадь отвечает на средства управления; и вы ощущаете движения спины лошади.

ВОЛЬТЫ И ПЕТЛИ

Различные вольты очень полезны для развития гибкости. Лошади, как и люди, бывают «правши» и «левши»: одна сторона тела у них более подвижна. Сгибания помогают улучшить равновесие лошади и всадника, учат лошадь двигаться прямо, развивают ее гибкость и учат принимать оба повода.

ЕЗДА ПО КРУГУ

Средства управления на кругу такие же, как на повороте, но применяются постоянно. Подготовьте лошадь, убедитесь, что лошадь подводит задние ноги под корпус так, что на повороте изогнётся всё её тело, а не только шея. Сделайте постановление в сторону поворота – вы должны видеть глаз лошади.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАССЫ ТЕЛА

Теоретически вы можете проехать по кругу, управляя только шенкелями и корпусом, почти не используя поводья. Если вы смотрите в том направлении, куда хотите ехать, и соответственно разворачиваете плечи, перераспределение вашего веса скажет лошади о ваших намерениях.



ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ПЛЕЧО

Внутренняя рука слегка отдает повод, чтобы лошадь согнулась. Наружная рука поддерживает другое плечо, уступая настолько, чтобы помочь выполнить сгибание и не давать лошади уклониться от поворота, подставляя наружное плечо.



ПОДДЕРЖИВАЙТЕ СГИБАНИЕ

Давление шенкелей поддерживает импульс и указывает направление. Внутренний шенкель у подпруги, поддерживает импульс. Наружный шенкель не дает лошади откидывать зад и поддерживает форму круга.

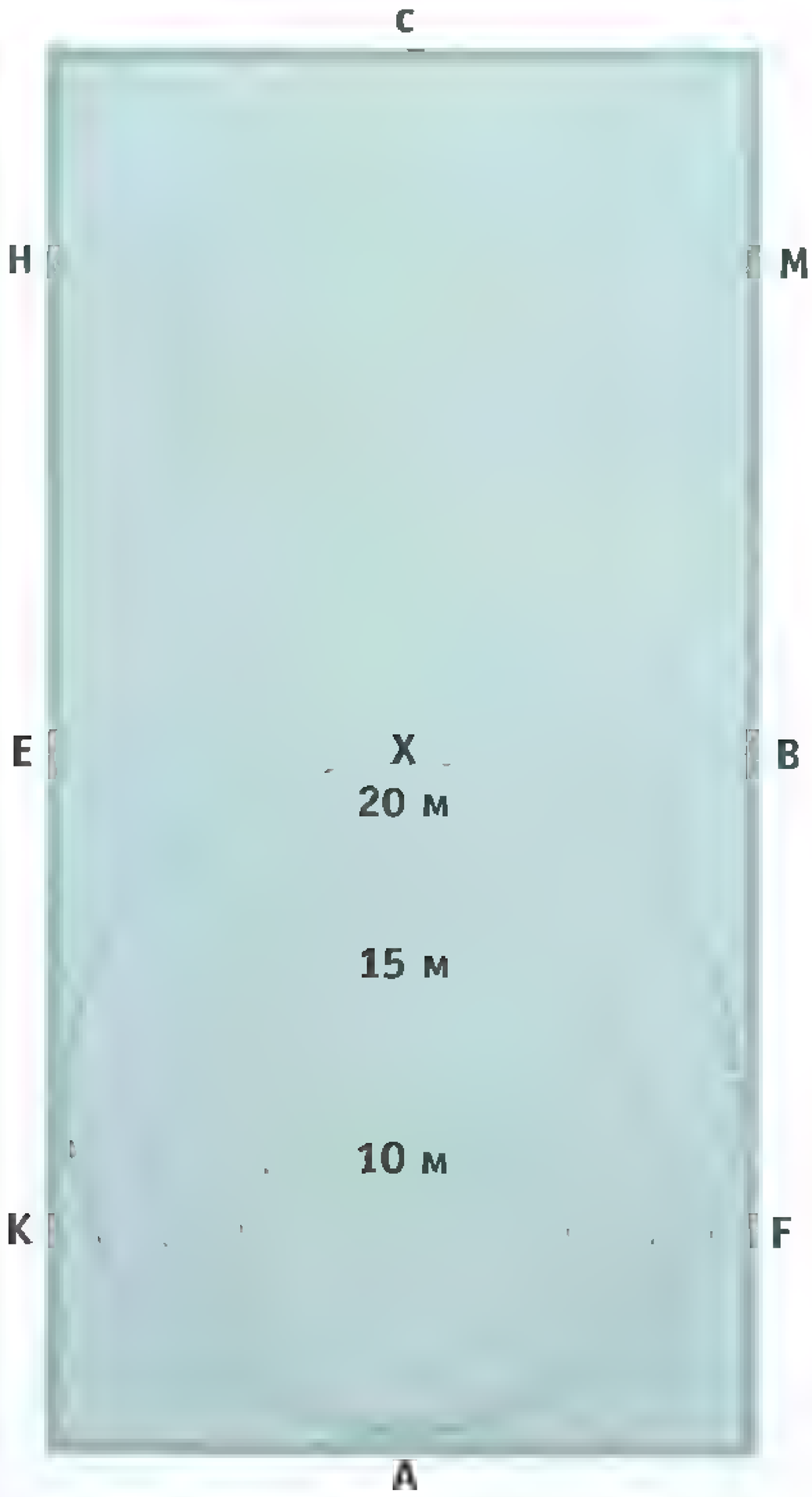
МАНЕЖНЫЕ ФИГУРЫ

ДВИЖЕНИЕ ПО КРУГУ

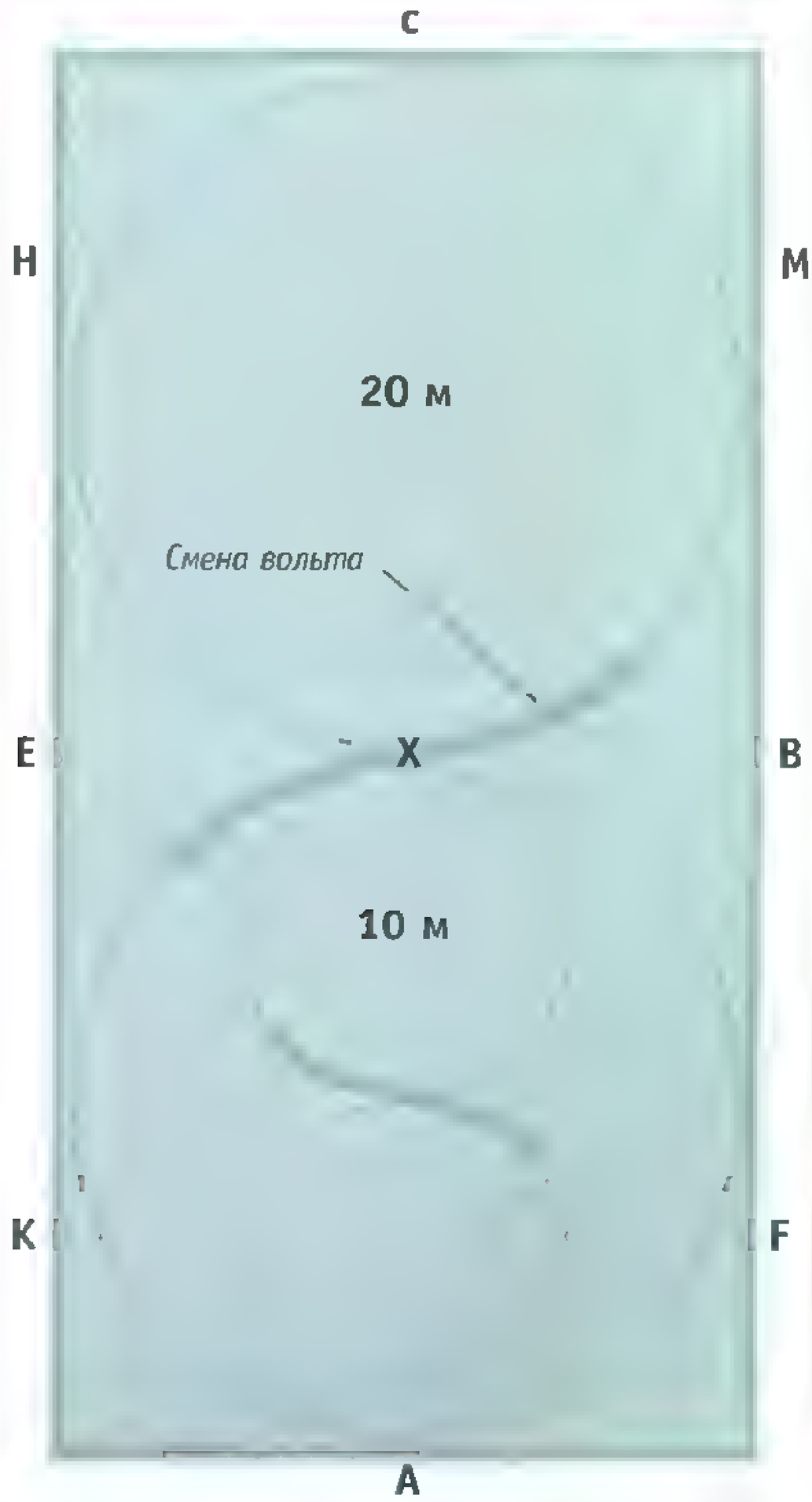
Обычно используется вольт диаметром 20 м. Так можно выполнять разнообразную работу на развитие гибкости, не перенапрягая мышцы лошади. Вольты меньшего диаметра используют, когда лошадь набирает форму. Все они улучшают качество движений.

ВЫПОЛНЕНИЕ ВОСЬМЁРОК

Два вольта могут быть соединены восьмеркой. Пока у вас нет достаточного опыта, вольты должны быть 20 м диаметром. Независимо от размера вольта, сделайте несколько темпов по прямой перед переменой направления.



Вольты различного диаметра



Восьмерки различного размера

ВЫПОЛНЕНИЕ СЕРПАНТИНА

Ваша цель – выполнить аккуратный ровный серпантин на уравновешенной лошади и сохранить равномерный ритм так, чтобы вы легко могли правильно согнуть лошадь в повороте. Добавление переходов усложняет задачу и улучшает равновесие и сбор. Например, вы можете проезжать прямые участки рабочей рысью, дуги – собранной рысью, или прямые рысью, а дуги – собранным галопом.

В точке C *убедитесь, что импульс достаточный, сделайте полуодержку, чтобы уравновесить лошадь*

Сделайте *несколько темпов по прямой через центр манежа*

Держите *бедра и руки прямолинейно и параллельно*



Начните *поворачивать, не доезжая угла*

Не позволяйте *лошади идти на переду*

ДВИЖЕНИЕ ПО СЕРПАНТИНУ

Сначала двигайтесь активно, с хорошим импульсом и ритмом, лошадь должна реагировать на ваши посылы, поскольку слишком большая скорость или неровный ритм отрицательно влияют на прохождение поворотов. Убедитесь, что лошадь достаточно разогрета, и не забывайте, что поначалу это упражнение сложно.

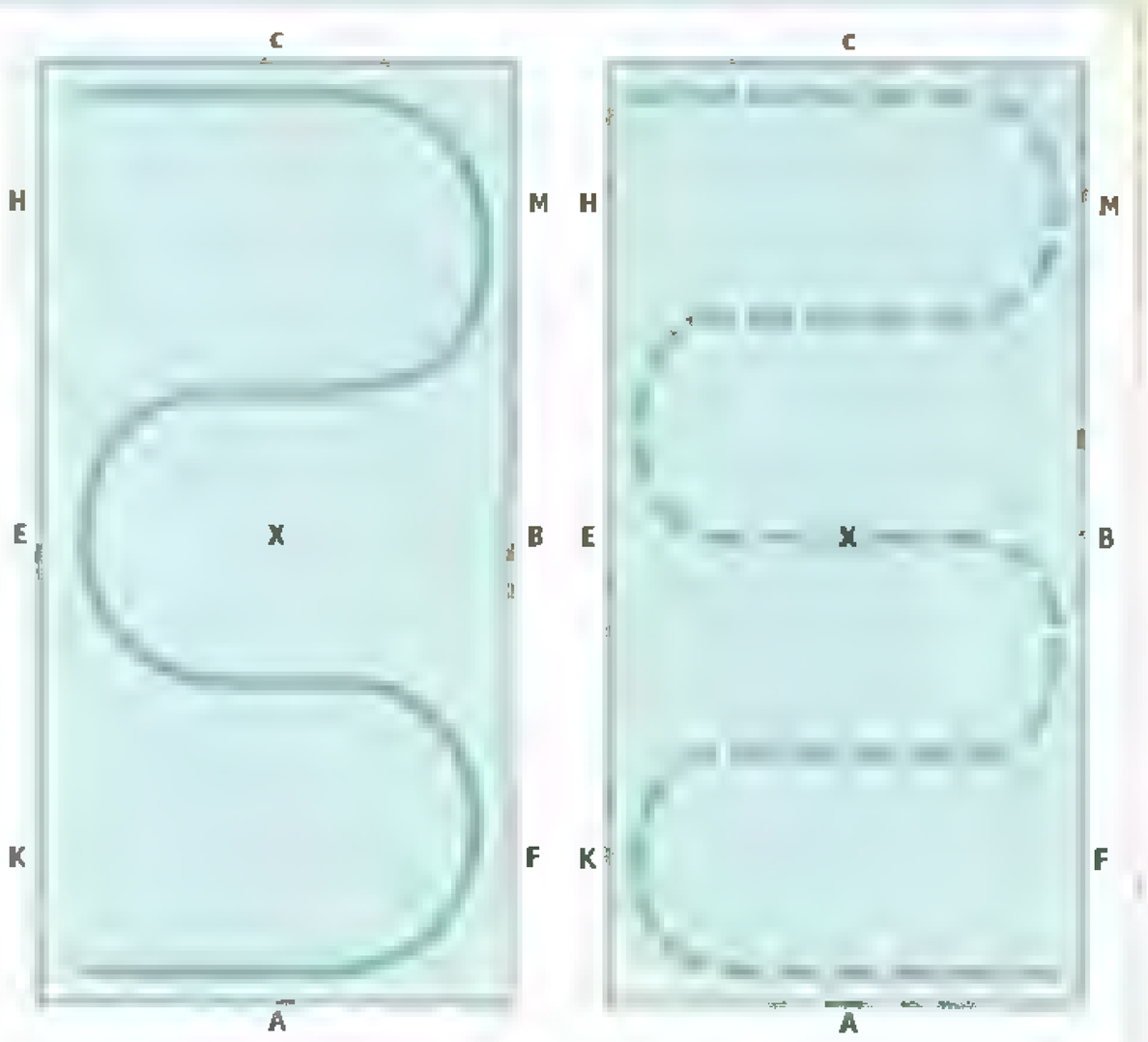
МАНЕЖНЫЕ ФИГУРЫ

СЕРПАНТИН С 3-мя БУКЛЕ

Начните в точке A ездой налево, сделайте полукруг диаметром 15 м, поверните перед точкой B. По прямой пересеките манеж, затем сделайте еще один полукруг в точке E. Снова двигайтесь по прямой, по дуге до точки C и закончите упражнение.

СЕРПАНТИН С 4-мя БУКЛЕ

Начните в точке A ездой налево, сделайте полукруг диаметром 10 м, затем через середину манежа и выполните другой полукруг перед точкой B, затем по прямой до E, полукруг 10 м, по прямой и полукруг до точки C. Маленькие букле труднее для лошади.



Серпантин с 3-мя букле

Серпантин с 4-мя букле

Используйте повод, *чтобы указать направление и поддержать наружное плечо*

Смотрите *в том направлении, куда вы хотите двигаться*

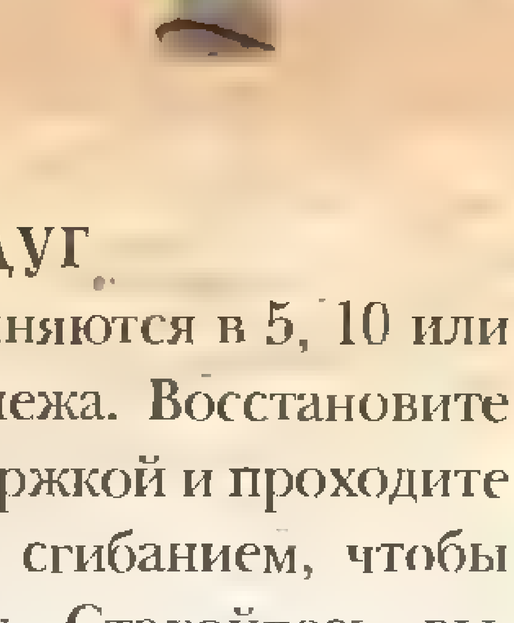
Недалеко *от стенки дайте посылы для полукруга направо*

Букле *должны быть спокойными и плавными*



ВЫПОЛНЕНИЕ ДУГ

Дуги обычно выполняются в 5, 10 или 15 м от стенки манежа. Восстановите равновесие полуодержкой и проходите угол с правильным сгибанием, чтобы выполнить фигуру. Старайтесь выполнить плавную кривую, используя средства управления как при движении по кругу в каждом направлении.



ДОСТАТОЧНО МЕСТА

Выполняйте дуги по длинной стенке манежа.

МАНЕЖНЫЕ ФИГУРЫ

ДУГА 5 М

Углы очень плавные. Дуга начинается в точке A или C и имеет 3 «волны».

ДУГА 10 М

Первая и третья «волны» меньше средней, которая проходит через точку X, и плавно соединены с ней.



Дуги 5 и 10 м

ОСАЖИВАНИЕ

Осаживание – это движение лошади назад, при этом ноги переступают диагональными парами, а не поочередно, как на шагу, движения характеризуются определенным подъемом ног. Лошадь должна иметь хорошо развитые мышцы спины и правильно останавливаться, стоя ровно на четырех ногах. В начале обучения достаточно 1–2 шагов.

РАССМОТРИТЕ

ОСАЖИВАНИЕ

Всадник уравновешивает лошадь, делает остановку, переносит вес вперед и начинает выполнять осаживание. Как только лошадь начинает осаживать, всадник отдает повод. После нескольких шагов назад они двигаются вперед шагом.





1 НАЧНИТЕ ОСАЖИВАНИЕ

Как только вы научились выполнять уравновешенную остановку без потери импульса (*см.* с. 135), вы можете попробовать сделать осаживание. Перенесите вес слегка вперед, прижмите шенкеля, но в то же время поводом удерживайте лошадь от движения вперед.



***Круп лошади** во время осаживания слегка приподнимается*

2 ВЫПОЛНИТЕ ОСАЖИВАНИЕ

Держите спину прямо, не напрягайте бедра и спину, чтобы лошадь могла округлить спину для выполнения осаживания. Воздействуйте поводом легко и немного отдавайте его при каждом шаге – не тяните повод, иначе вы научите лошадь сопротивляться.

3 ВПЕРЁД ШАГОМ

Как только вы выполнили 2–3 шага назад, снова двигайтесь вперед. Важно заострить внимание лошади на движении вперед, а не назад, иначе могут возникнуть проблемы в поведении.



Сидите ровно, *перенеся вес на стремена, чтобы облегчить лошади движение*

Не довойте *лошади двигаться вперед, чтобы она поняла, чта ат нее требуется, и отдавайте повод при каждом шаге*



Поддерживайте *импульс и прямолинейность шенкелями*

Ноги лошади *двигаются ритмична диагональными парами*

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не требуйте** от лошади продолжения осаживания, если она задирает голову, – она не может осаживать с прогнутой спиной. Проезжайте вперед, сократите аллюр и снова остановите лошадь.
- **Высылайте** лошадь вперед сразу же, если она слишком быстро осаживает. Начните упражнение снова, сильнее воздействуйте шенкелями.

БОКОВЫЕ ДВИЖЕНИЯ-1

Боковые движения, когда лошадь движется под углом в два или более следа – это гимнастика для лошади. Если их выполнять правильно, они развивают мышцы и равновесие, увеличивают гибкость, но неправильное выполнение может быть вредным, поэтому несколько хороших шагов лучше, чем много некачественных.

ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Большинство тренеров сначала учат уступке шенкелю. Вы просите лошадь двигаться вперед и вбок в 2 следа, голова лошади немного согнута в направлении движения, корпус прямой. Другое упражнение – «плечом вперед» помогает научиться использовать средства управления, сохраняя направление. Двигайтесь шагом или рысью по стенке манежа, слегка поверните плечо лошади внутрь и продолжайте движение в том же направлении.

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

ВЫПОЛНЕНИЕ ПРИНИМАНИЯ

Принимание и уступка шенкелю плохо различимы для неопытного глаза, но принимание – более сложное движение, и поэтому вы увидите его на соревнованиях высокого уровня. Во время принимания корпус лошади согнут в направлении движения. Плечи чуть впереди, а наружные ноги перекрещиваются впереди внутренних.



Принимание. Мартин Шаудт (Германия)

***Поддержите сгибание шеи** лошади наружу наружной рукой*

***Прижмите шенкель** сзади подпруги с наружной стороны, чтобы лошадь двиголась поперек манежа*

***Лошадь** перекрещивает наружные ноги впереди внутренних*

УСТУПКА ШЕНКЕЛЮ

Если уступка шенкелю выполняется правильно, наружные ноги лошади, особенно задние, перекрещиваются впереди внутренних под корпусом лошади. Для этого корпус лошади должен быть прямым и необходим хороший импульс.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Поддерживайте** импульс и ритм, иначе лошадь завалится набок или остановится.
- **Слишком** большое сгибание шеи вынуждает лошадь перекладывать вес на плечо, которое впереди, или сгибаться слишком сильно.
- **Контроль** над задней частью очень важен – неправильная работа зада ставит лошадь в неправильную позицию для выполнения уступки шенкелю.
- **Несколько** правильно выполненных шагов бокового движения полезнее, чем много некачественных, могущих принести вред.

Контролируйте *плечи лошади внутренней рукой*

Воздействуйте *корпусом, чтобы побудить лошадь двигаться вперед*

Держите *внутренний шенкель у подпруги, чтобы поддержать импульс*

БОКОВЫЕ ДВИЖЕНИЯ-2

Постановление и плечом внутрь – боковые движения, которые помогают лошади развить равновесие, силу и гибкость, учат точнее реагировать на средства управления и работать задом в хорошей естественной рамке. Это, в свою очередь, отучает всадника от типичной ошибки – выполнять сбор чрезмерным действием рук.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

Сложные боковые движения зависят от способности всадника контролировать все нюансы движения в данный момент. Одно из простейших, но важных упражнений – постановление, когда лошадь сгибает шею, а корпус остается прямым. Шея должна сгибаться лишь в затылке и быть расслабленной по всей длине. Всадник должен видеть край глаза и ноздрю лошади. Гибкость в затылке – ступенька на пути к сбору.

ПЛЕЧОМ ВНУТРЬ

Плечом внутрь – это движение в 3 следа. Когда вы выполняете его, например, по стенке, корпус лошади согнут настолько, чтобы плечи лошади были внутри, и лошадь двигалась под углом около 30° к стенке. При этом наружная передняя и внутренняя задняя ноги оказываются на одной прямой, а наружная задняя и внутренняя передняя каждая оставляет свой след. Внутренняя задняя нога подведена под корпус лошади,



ВЫПОЛНЕНИЕ ПОСТАНОВЛЕНИЯ

Распределите вес равномерно на обе седалищные кости и сожмите внутренний повод, слегка отдав наружный



ПЛЕЧОМ ВНУТРЬ – НАЧАЛО

Начните описывать небольшой круг, и из этого положения естественно начать движение плечом внутрь.

Используйте шенкель, *чтобы согнуть лошадь и обеспечить импульс*

что увеличивает сбор. Это упражнение развивает гибкость, силу и равновесие лошади – чем гибче лошадь и чем точнее она отвечает на средства управления на боковых движениях и сгибаниях, тем лучше она будет двигаться прямо.

ДАЛЬНЕЙШИЕ БОКОВЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Для неопытного глаза траверс. плечом вперед (*см.* с. 174) и ренверс похожи на плечом внутрь и уступку шенкелю, но есть важные различия. При движении плечом вперед плечи лошади движутся под таким же углом к стенке, как и при плечом внутрь, но ее корпус прямой, а не согнут вокруг шенкеля всадника. Траверс и ренверс – более сложные движения, когда корпус лошади согнут в направлении движения. Во время траверса задние ноги идут по внутреннему следу, а при ренверсе – передние.

Импульс и положение корпуса лошади равно важны при выполнении всех боковых движений. Многие всадники, особенно в процессе обучения, ошибочно ставят лошадь под слишком большим углом к стенке, поскольку им кажется, что двигать лошадь вбок им легче, чем вперед и вбок.

ПОВОРОТЫ НА ПЕРЕДНИХ И ЗАДНИХ НОГАХ

Поворот на передних ногах помогает лошади понимать боковые средства управления, а начинающим всадникам – сохранять равновесие. Поворот на задних ногах используется для улучшения работы задних ног, и его не следует выполнять, если лошадь недостаточно опытна, а всадник использует повод в качестве опоры.

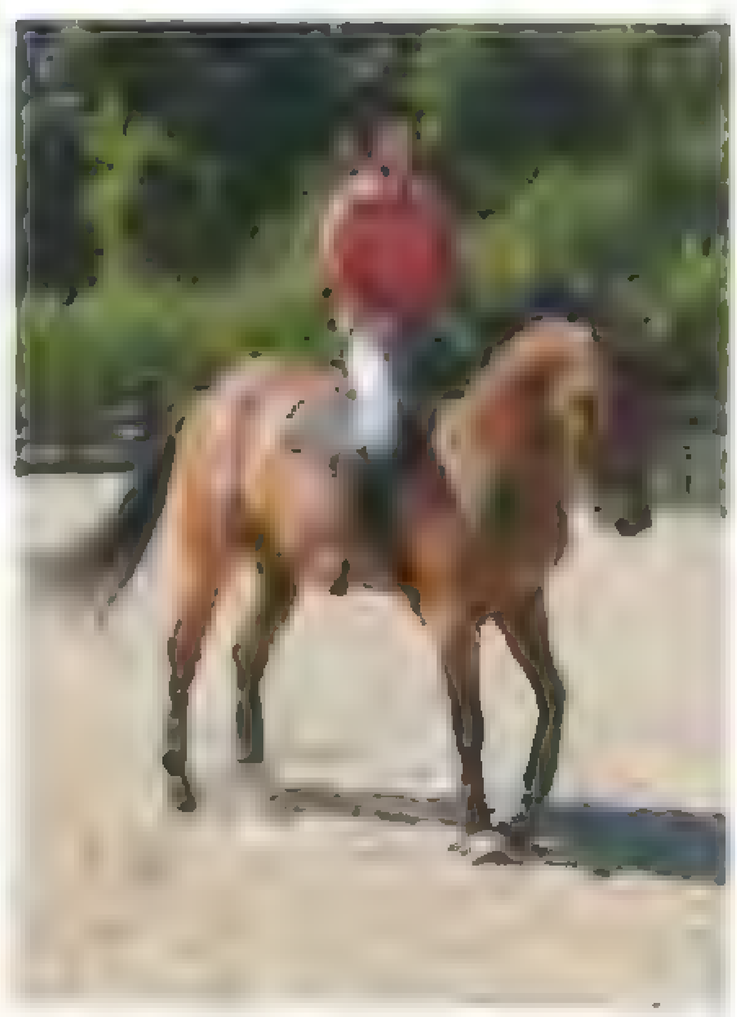
ПОВОРОТ НА ПЕРЕДНИХ НОГАХ

Поворот на передних ногах – одна из первых стадий обучения боковым движениям. Он выполняется после остановки, и при этом задние ноги лошади описывают круг вокруг передних, двигающихся по маленькому кругу. Боковые движения неестественны для лошади, поэтому они развивают мышцы и учат лошадь и всадника равновесию. Нет необходимости выполнять поворот на 360°, особенно в начале обучения, достаточно четверти или половины круга.



1 СОХРАНЯЙТЕ РИТМ

Двигайтесь активным шагом; сделайте короткую остановку, не теряя ритм. Чтобы задние ноги двигались под воздействием правого шенкеля, согните шею лошади вправо (*см.* с. 176).



2 ВОЗДЕЙСТВУЙТЕ ШЕНКЕЛЯМИ

Правым шенкелем за подпругой побуждайте лошадь шагать задними ногами. Левый шенкель у подпруги поддерживает импульс. Передние ноги не должны волочиться.

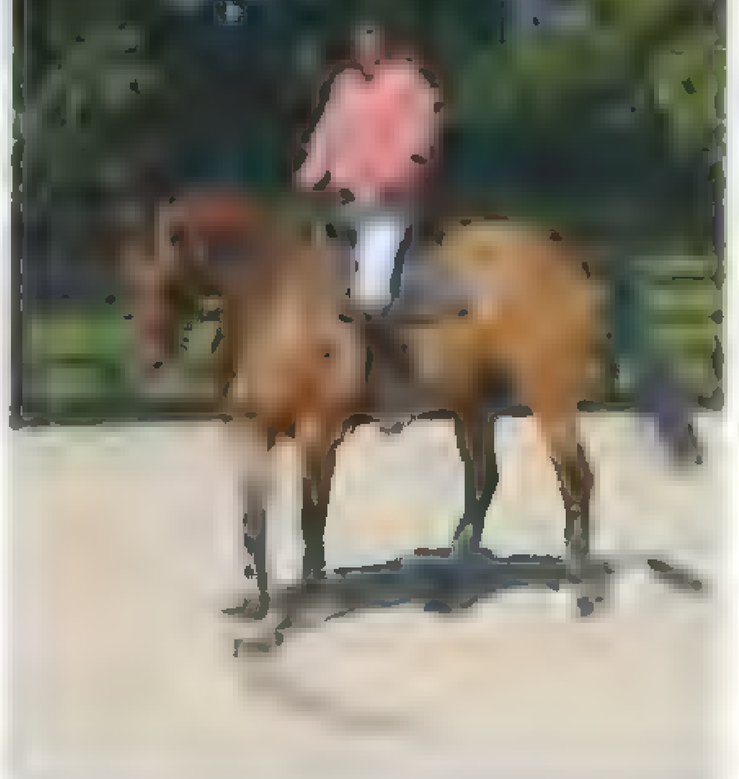
ПОВОРОТЫ НА ЗАДНИХ НОГАХ

Во время поворота на задних ногах передние ноги описывают круг вокруг задних, двигающихся по маленькому кругу. Лошадь должна быть слегка согнута в сторону поворота и не двигаться вперед или назад. Задние ноги описывают небольшой полукруг, а наружная задняя нога переступает впереди внутренней. Это движение помогает правильной работе задних ног и развитию сбора. Старайтесь не слишком тянуть повод.



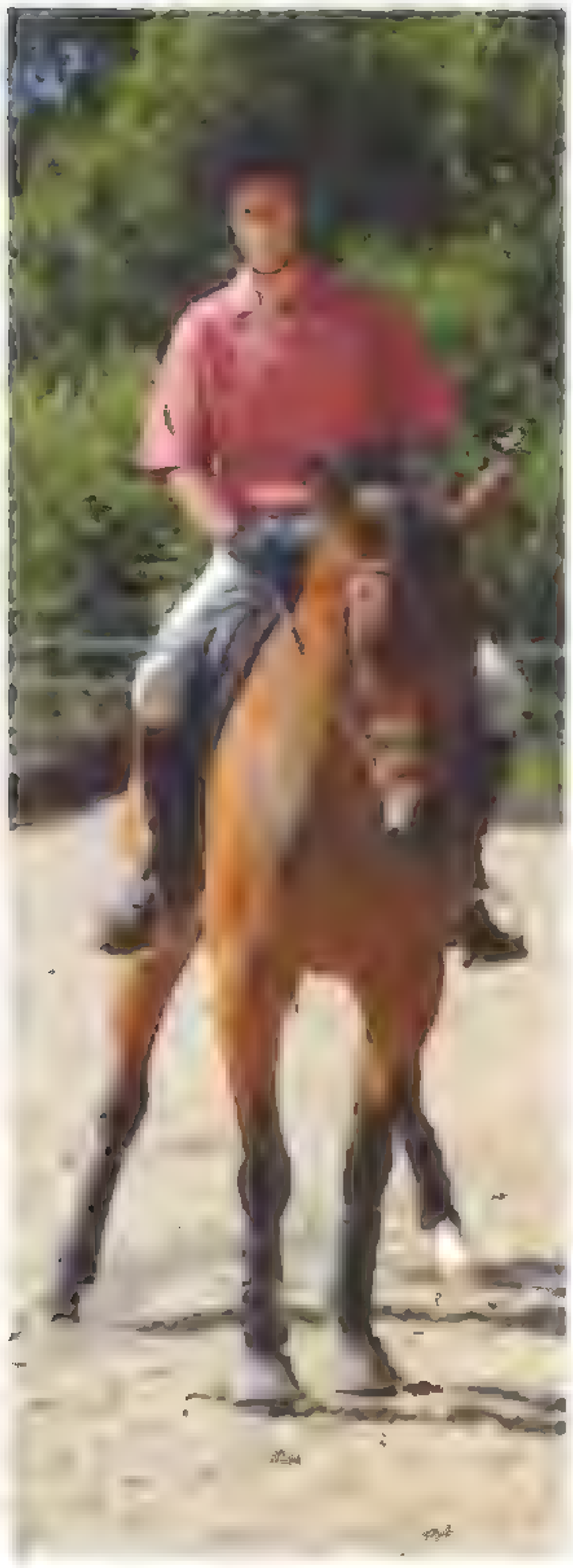
1 СОГНИТЕ ЛОШАДЬ

Чтобы подать передние ноги лошади влево, сделайте полуодержку, согните лошадь влево и, сидя прямо, перенесите вес тела на левую седалищную кость.



2 КОНТРОЛИРУЙТЕ СГИБАНИЕ

Левый шенкель у подпруги, правый шенкель контролирует задние ноги. Левым поводом сгибайте лошадь, правым – контролируйте.



***Сидите** прямо, чтобы ваш вес был распределен равномерно*

***Используйте** руки не больше, чем для предотвращения движения вперед*

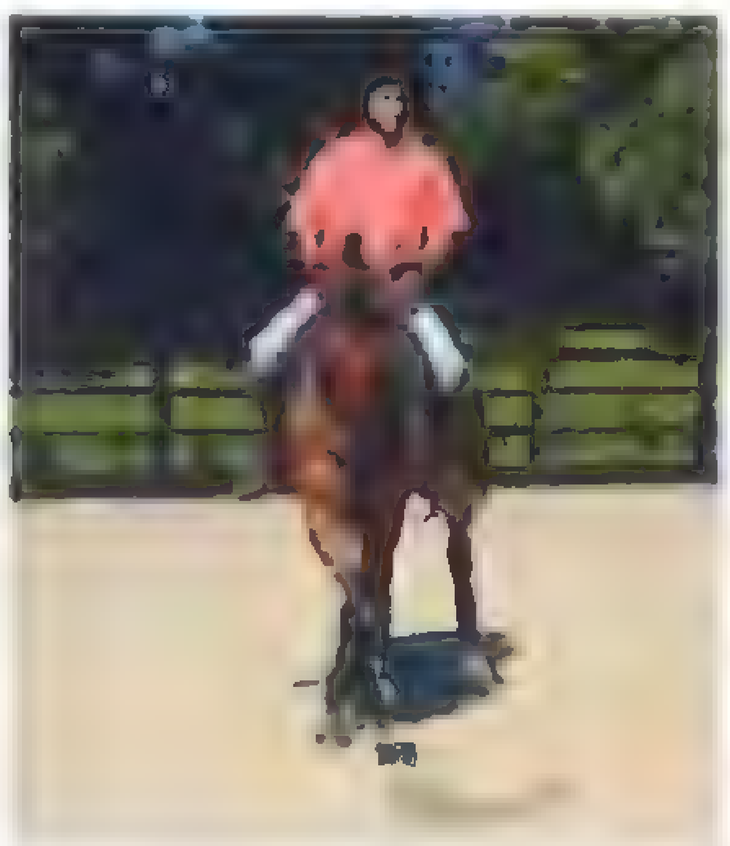
***Шенкель,** посылающий вбок, должен быть чуть сзади*

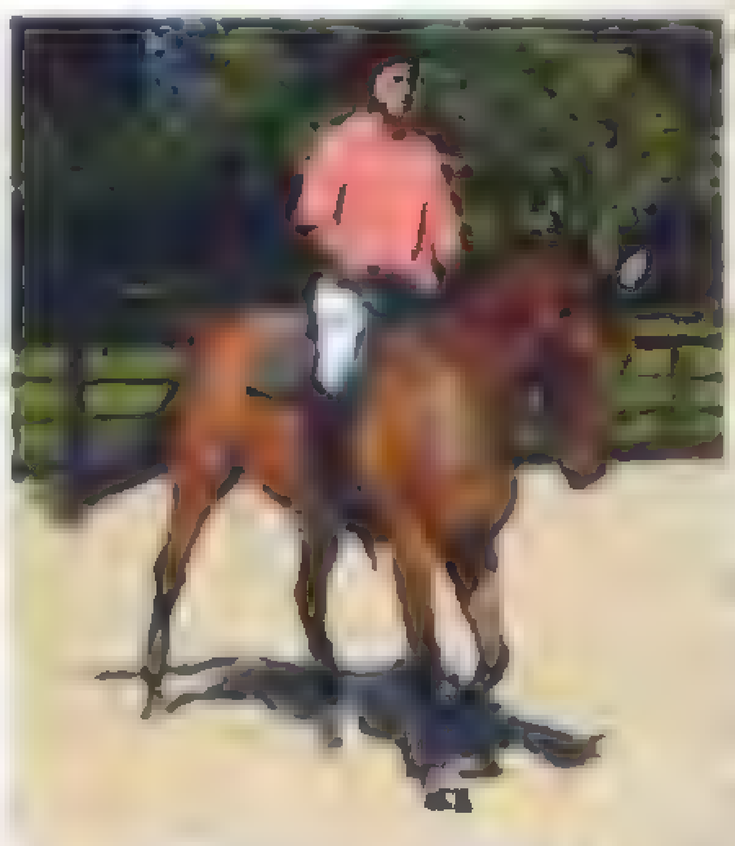
3 ОГРАНИЧИВАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ ВПЕРЁД

Слабым натяжением повода не давайте лошади двигаться вперед. Продолжайте работать правым шенкелем, чтобы лошадь переступала задними ногами.

4 ЗАКОНЧИТЕ ПОВОРОТ

Закончив поворот, сделайте несколько активных темпов рыси или ровного галопа перед началом любого следующего бокового движения.





3 ПРОДОЛЖАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ

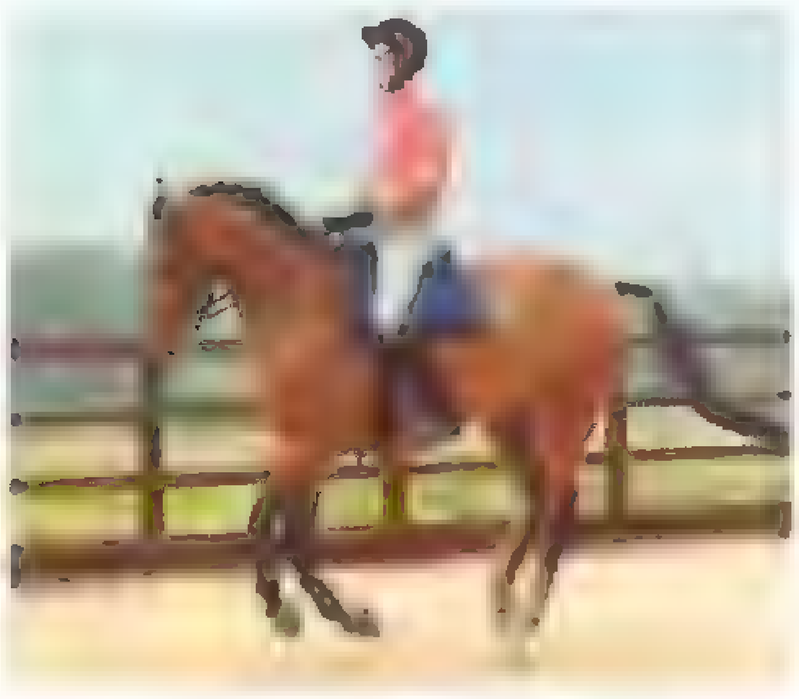
Воздействуйте шенкелями, чтобы обеспечить движение и ритм. Наружным поводом не давайте лошади заваливаться наружу.

4 ЗАКОНЧИТЕ ПОВОРОТ

Контролируйте движение поводьями, но не тяните их. После завершения поворота сразу же начните двигаться шагом.

КОНТРГАЛОП

На контргалопе ведущей является наружная, а не внутренняя нога лошади. Это сложное упражнение, которое используется для улучшения равновесия лошади и в работе над менкой ног, галоп должен быть активным, но контролируемым. Простейший способ – галопировать по небольшой дуге, но, как в данном примере, вы можете работать на небольшом полувольте.



1 ДВИГАЙТЕСЬ ГАЛОПОМ

Начните галоп ездой направо с правой ноги, затем в конце длинной стенки сделайте небольшой полукруг, или *полувольт*, – чтобы поменять направление.



***Смотрите вперед** и вверх и держите корпус спокойно*

***Ваш вес** должен быть правильно уравновешен, чтобы сменить ногу*

2 ПРОДОЛЖАЙТЕ ГАЛОП С ПРАВОЙ НОГИ

Перенесите вес тела на правую седалищную кость и поддерживайте небольшое постановление вправо, чтобы помочь лошади сохранить равновесие

***Лошадь** галопирует с правой ноги ездой налево*

***На контргалопе** наружный шенкель работает дальше, чем обычно*

ЕЗДИТЬ КАК ПРОФИ

МЕНКА НОГ

Менка ног – это смена в воздухе ведущей ноги в момент подвисания на галопе. Всадник должен уметь давать точные посылы в нужный момент, а лошадь должна быть превосходно уравновешена, поэтому контргалоп – необходимый элемент развивающего тренинга. На фото голландская спортсменка Анки ван Грюнсвен – одна из лидеров мировой выездки.

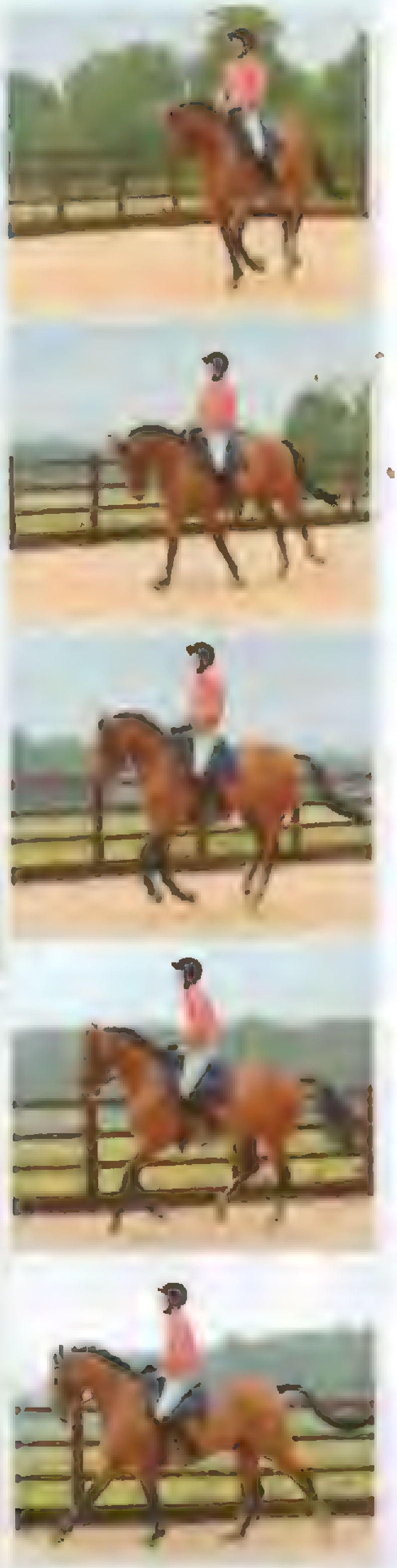


Анки ван Грюнсвен выполняет менку ног

РАССМОТРИТЕ

КОНТРГАЛОП

Двигайтесь контролируемым галопом и сделайте *полувольт*. Сменив направление движения, поддерживайте постановление в прежнюю сторону и шенкелями не давайте лошади сменить ногу.



Сохраняйте
импульс

ТРЕНИНГ

В процессе тренинга вы работаете над гибкостью и расслаблением лошади, чтобы она работала продуктивнее. Упражнения могут быть частью спортивных тренировок в силовом режиме, разминкой на тренировке или перед соревнованиями, или элементом ежедневных тренировок.

РАБОТА В МАНЕЖЕ

Регулярные тренировки оказывают положительное влияние на спортивную форму и управляемость лошади, но будьте осторожны, чтобы не перетренироваться. Лошади, как и люди, могут легко заскучать, и скука выражается в сопротивлении и плохом поведении, что непродуктивно и потенциально опасно. Обычно достаточно 30–40 минут.

Просто правильная езда полезнее для лошади в перспективе, чем чрезмерные амбиции всадника и неправильное выполнение движений. Хороший тренер знает, какую нагрузку надо дать, чтобы научить вас или лошадь чему-то новому, но хорошо повторять и то, что вы умеете. Начните работу по стенке манежа или на кругу диаметром 20 м. Несколько минут шагайте на свободном поводу, затем подберите поводья и сделайте рысь и галоп в каждую сторону. После разминки, поддерживая контакт средствами управления, начните работу.

Работа может быть довольно простой – всего лишь шаг, рысь и галоп по всему манежу и на больших вольтах, переходы, повороты и остановки. Ваша цель – добиться хорошей незамедлительной реакции на шенкель.

Основные боковые движения, например уступка шенкелю и постановление, движение по маленьким вольтам, дуги и серпантин, используются, когда вы приобретете опыт, а лошадь «войдет в форму» и разовьет гибкость.



РАБОТАЙТЕ ПРАВИЛЬНО

Сосредотачивайтесь на ритме, равновесии и импульсе. Чрезмерное желание собрать лошадь приводит к тому, что она может перестать правильно двигаться вперед. Лошадь и всадник должны быть внимательны, а мышцы обоих – расслаблены.

РАБОТАЙТЕ В ОБЕ СТОРОНЫ

Регулярно меняйте направление, чтобы мышцы лошади загружались работой равномерно.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Разнообразьте** работу, но не усложняйте ее. Не запутывайте лошадь большим количеством разнообразных упражнений, но делайте переходы и перемены направления, чтобы сделать тренировки интереснее.
- **На прогулке** найдите ровный участок, где можно поработать над постановлением и уступкой шенкелю. Полезно всегда правильно выполнять повороты и переходы.
- **Наблюдайте** за профессионалами. Ходите на мастер-классы, смотрите тренировочные фильмы и соревнования.

Убедитесь, *что вы и лошадь достаточно размялись, и мышцы не напряжены*

Помогайте *лошади приобрести импульс упражнениями на развитие гибкости и переходами*

Лошадь *должна реагировать на средства управления и быть внимательной к вашим командам*

ПРЕПЯТСТВИЯ

Преодоление препятствий – и хорошая гимнастика для всадника и лошади, и трудная спортивная дисциплина. Многие лошади с удовольствием перепрыгивают через небольшие препятствия на прогулках и тренировках, но не все способны брать большие высоты. Учиться прыгать нужно под наблюдением тренера и на опытной лошади. Чтобы стать хорошим всадником, не обязательно прыгать высоко.

КАК ПРЫГАЕТ ЛОШАДЬ

Многие лошади умеют прыгать от природы, но следует работать над техникой прыжка лошади и всадника, чтобы она стала удобной и безопасной. Тренинг очень важен не только для приобретения навыков, но и психологической подготовки, чтобы вы оба были готовы получать удовольствие от уверенных и контролируемых прыжков.

ВЫПОЛНЕНИЕ ПРЫЖКА

Спина и шея лошади должны округляться во время прыжка – это называется «баскюль». Баскюль помогает чисто преодолеть препятствие плавным движением и сгибать ноги. При этом мышцы и конечности лошади минимально напряжены, а всаднику удобно. Тренировка без прыжков и преодоление систем препятствий (*см.* с. 190–191) улучшает баскюль. Помните, что лошадь демонстрирует баскюль, если вы сохраняете правильную посадку.



***Смотрите** вперед и уверенно двигайтесь к следующему препятствию, повороту или выполняйте упражнение*

ФАЗЫ ПРЫЖКА

Существует 5 фаз прыжка – приближение, отталкивание, свободный полет, приземление, удаление.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Правильно** подходите к препятствию и готовьтесь к прыжку.
- **Не ждите,** что лошадь будет приближаться к препятствию в сборе – ей нужно его видеть и оценить.
- **Не смотрите** на препятствие, приближаясь к нему – смотрите вперед и за него, поскольку именно туда вы направляетесь.
- **Перенесите** вес тела вперед, чтобы не мешать лошади оттолкнуться.
- **Подайте** корпус вперед от бедра, когда лошадь отталкивается, но научитесь делать это естественно, а не резко.
- **Не преодолевайте** высокие препятствия постоянно – это наскучит лошади и даст слишком большую нагрузку ее конечностям.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Если вы** или лошадь нерешительны, вернитесь на несколько шагов назад, чтобы восстановить уверенность.
- **Контроль**, достигнутый при непрыжковой работе, поможет приобрести технику прыжка.
- **Наблюдайте** за профессионалами – пусть вас вдохновит их техника прыжка, но посмотрите, как хорошо выезжены их лошади и как они работают без прыжков и между прыжками.

***Плавно опуститесь** в седло, чтобы вош вес не загрузил перед лошади при приземлении*

***Убедитесь**, что ваши руки позволяют лошади вытянуть шею во время полета*

***Дайте** лошади свободно подняться на препятствие*

***Позвольте** лошоди увидеть препятствие, приближаясь к нему*



ОБУЧЕНИЕ ПРЫЖКАМ

Начальное обучение преодолению препятствий – это обучение конкурной посадке, сохранению равновесия, а затем преодоление невысоких препятствий. Возможно, вам хочется прыгать выше, но вскоре вы поймете, что сначала следует отработать все фазы прыжка, а не только сам полет над барьером.

КОНКУРНАЯ ПОСАДКА

Лошади нужно пространство и свобода для баскюля и сохранения равновесия, а вы, обеспечивая ей все это, должны сами сохранять равновесие и не мешать. Удобная и безопасная конкурная посадка позволяет подать корпус вперед, следовать движениям лошади, не смещая центр тяжести и не отводя ноги назад, и гарантирует, что ягодицы не касаются спины лошади. Укоротите стремена по сравнению с непрыжковой работой, но не слишком, чтобы эффективно использовать шенкеля. Главное – приподнять корпус и приблизить его к шее лошади, уменьшив угол бедер, коленей и лодыжек, и перенести вес на пятки. Ягодицы отведены назад, и вы можете правильно подать корпус вперед.

***Смотрите** в точку позади препятствия – например, на верхушку дерева. Не смотрите вниз!*

***Ступни** крепко держат стремена, и вы можете перенести вес на пятки.*

КОНКУРНАЯ ПОСАДКА
Стремена укорочены, бедра, колени и лодыжки образуют более острые углы, позволяя подать корпус вперед без чрезмерного наклона.

НАЧИНАЕМ ПРЫГАТЬ

Научитесь принимать конкурную посадку во время остановок, затем на шагу, рыси и галопе. Сначала вам будет непривычно ездить на коротких стременах, и вы можете почувствовать себя беспомощным, поскольку не сидите в седле плотно. Это хорошая проверка вашего равновесия. Научитесь сгибать суставы, а не выталкивать себя из седла от стремян. Научитесь сохранять хороший контакт, не держите поводья слишком крепко и не бросайте их.







НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не тормозите** лошадь перед препятствием, смотрите вперед.
- **Будьте решительны.** Если вы дадите лошади понять, что не хотите прыгать, она тоже не захочет.
- **Используйте** шенкеля для сохранения импульса и равновесия.
- **Не подавайте** корпус вперед резко – следуйте движениям лошади.

1 УРАВНОВЕШЕННОГ ПРИБЛИЖЕНИЕ

В начале обучения приближайтесь к препятствию с конкурной посадкой. Несколько жердей перед препятствием помогут вам научиться сохранять посадку.

2 ДВИГАЙТЕСЬ ВМЕСТЕ С ЛОШАДЬЮ

Не волнуйтесь, если вы не можете предсказать точку отталкивания – это придет с опытом. Будьте готовы следовать движениям лошади в любой момент.

3 СЯДЬТЕ В СЕДЛО ПРИ ПРИЗЕМЛЕНИИ

Когда лошадь приземлится, вернитесь к нормальной посадке, смягчая приземление коленями и лодыжками. Не форсируйте движения и не «плюхайтесь» в седло.

ДАЛЬНЕЙШЕЕ ОБУЧЕНИЕ

Когда вы освоите отталкивание, полет и приземление, вы будете учиться приближаться к барьерам и преодолевать различные типы препятствий. Разные высота и внешний вид барьера усложняют задачу, но в начале обучения вы будете прыгать через крестовину, которую легко оценить и всаднику, и лошади. Изменение профиля препятствия, например добавление жерди спереди или сзади, вынуждает лошадь лучше работать спиной и, возможно, отталкиваться раньше.



СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ВИДЕТЬ ТОЧКУ ОТТАЛКИВАНИЯ

Видеть точку отталкивания – значит оценивать, где лошадь оттолкнётся. Однако не уделяйте этому большого внимания. Научитесь видеть ее за несколько темпов, позвольте лошади самой найти точку отталкивания, и будьте готовы прыгать вместе с ней.

ФОКУСИРУЙТЕСЬ ЗАРАНЕЕ

Подготовка очень важна. Перед прыжком фокусируйте внимание – свое и лошади. Управляйте лошадью, контролируйте ее, не воздействуйте слишком сильно, не торопитесь. За несколько темпов до препятствия постарайтесь минимально воздействовать на рот лошади.

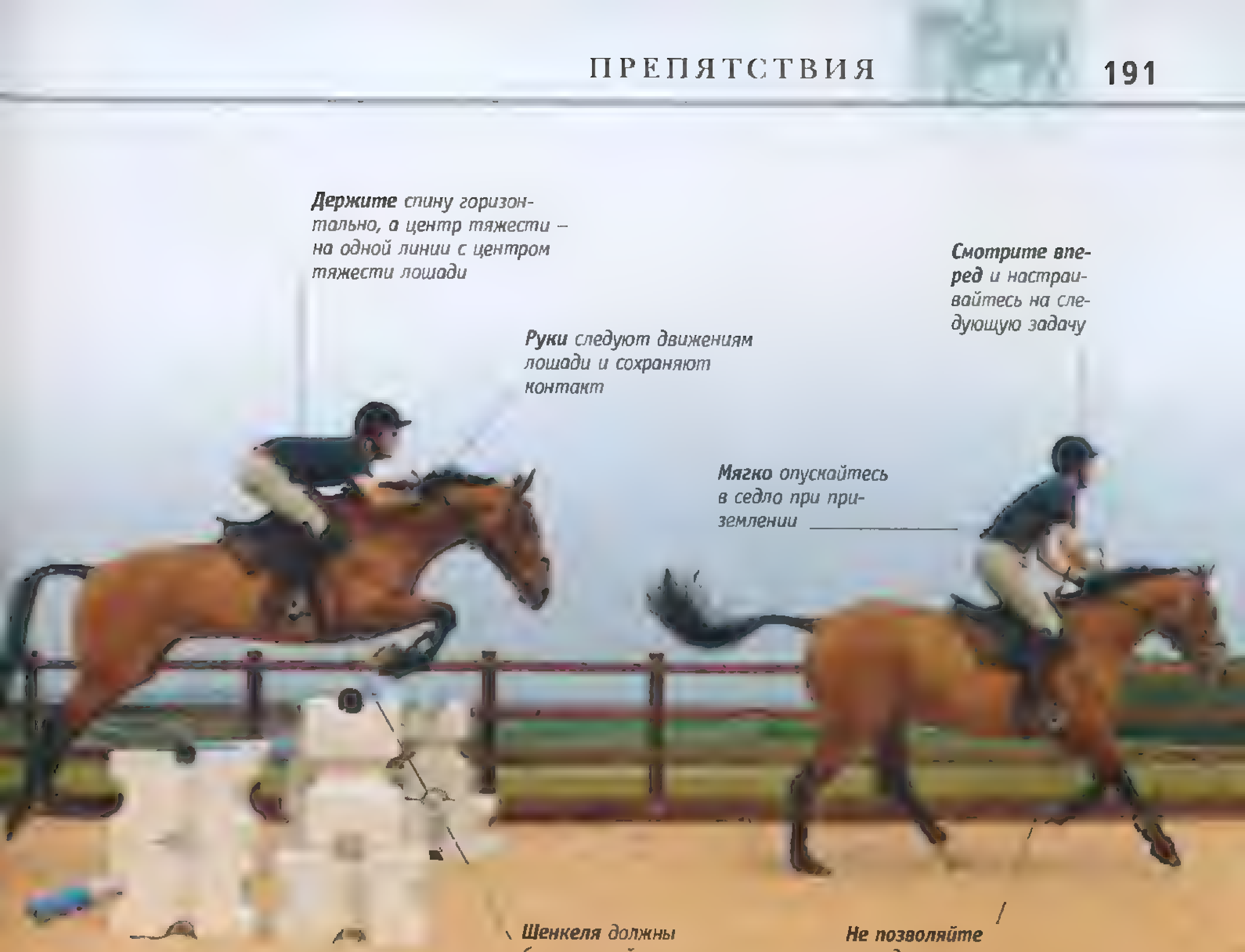
ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ПРЫЖКИ

Гимнастические прыжки или системы из нескольких невысоких препятствий полезны для выработки равновесия всадника и подвижности лошади. Они помогают научиться создавать импульс перед прыжком и поддерживать его все время. Проезд может состоять из различных препятствий через несколько темпов или в один темп, и лежащих на земле жердей. Лошадь должна хорошо реагировать на шенкель перед началом проезда; сохраняйте конкурную посадку, работая корпусом при каждом прыжке.



1 СМОТРИТЕ ВПЕРЁД

Уверенно смотрите на точку на горизонте, преодолевая полосу препятствий – взгляд вниз способствует потере импульса.

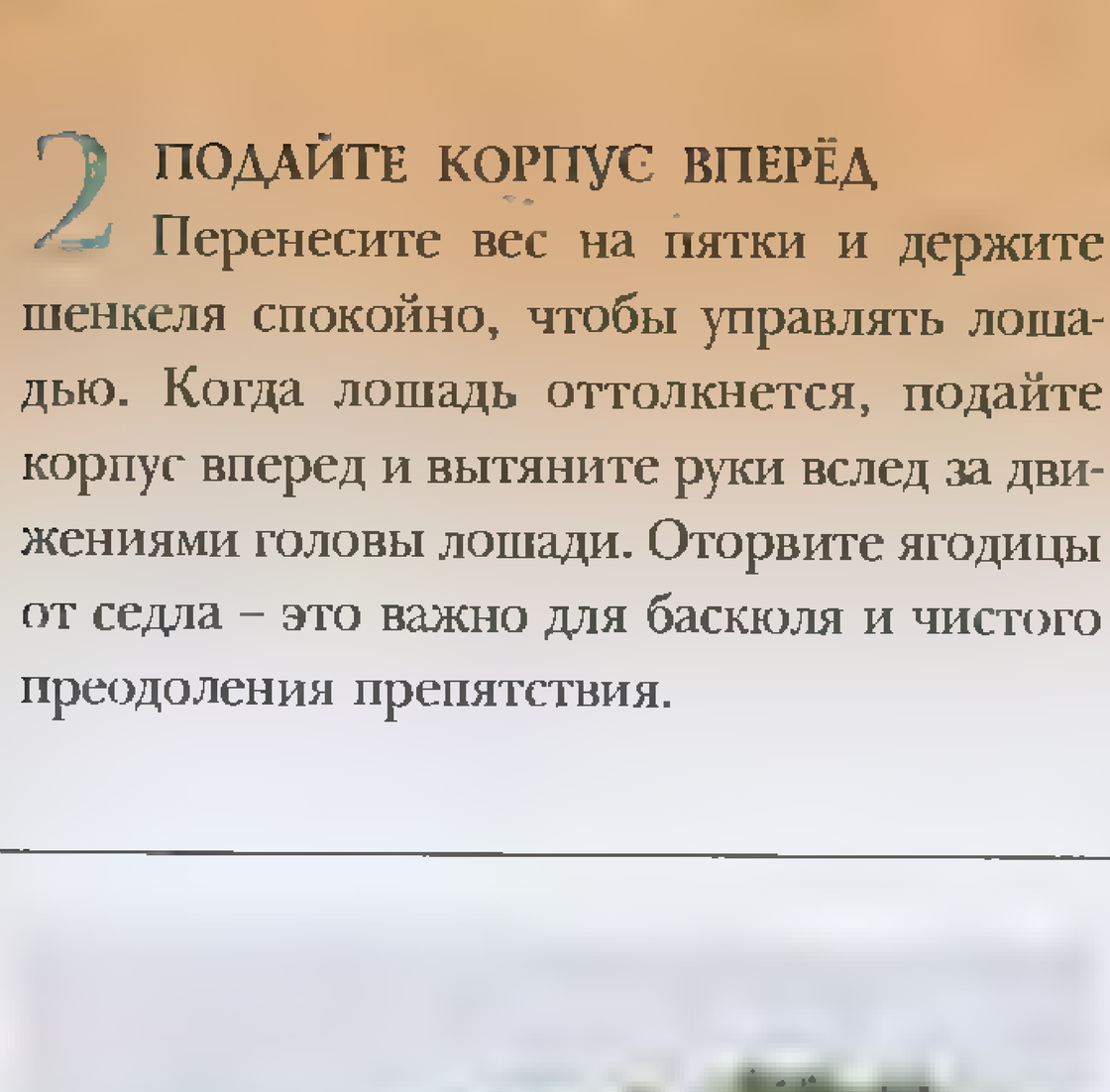


2 ПОДАЙТЕ КОРПУС ВПЕРЁД

Перенесите вес на пятки и держите шенкеля спокойно, чтобы управлять лошадью. Когда лошадь оттолкнется, подайте корпус вперед и вытяните руки вслед за движениями головы лошади. Оторвите ягодицы от седла – это важно для баскюля и чистого преодоления препятствия.

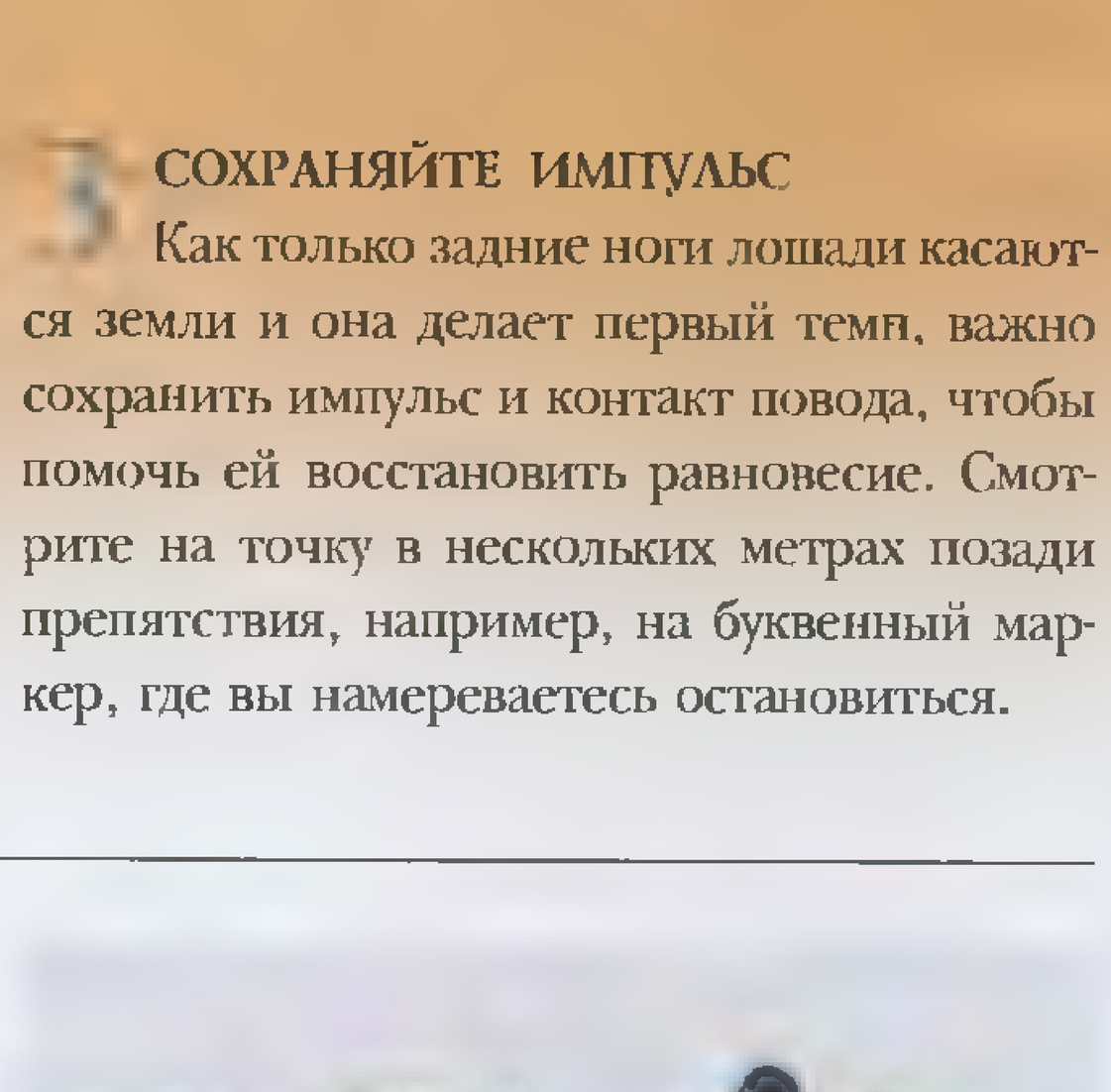
3 СОХРАНЯЙТЕ ИМПУЛЬС

Как только задние ноги лошади касаются земли и она делает первый темп, важно сохранить импульс и контакт повода, чтобы помочь ей восстановить равновесие. Смотрите на точку в нескольких метрах позади препятствия, например, на буквенный маркер, где вы намереваетесь остановиться.



2 БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ

Если между препятствиями один или более темпов, у вас есть время сесть в седло и использовать ягодицы для посыла вперед и сохранения контроля.



3 СОХРАНЯЙТЕ ПОСАДКУ

При расстоянии в один темп, когда лошадь отталкивается сразу после приземления, сохраняйте конкурную посадку и крепко прижмите шенкеля.



«В ПРЕОДОЛЕНИИ
ПРЕПЯТСТВИЙ ВЕРХОМ
ЕСТЬ НЕЧТО, БЛАГОДАРЯ
ЧЕМУ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ
СЕБЯ ЛУЧШЕ».

Уильям Фолкнер, писатель
(1897–1962)

ПОЛЕВЫЕ ИСПЫТАНИЯ

Термин «полевые испытания» означает преодоление неразборных препятствий, имитирующих природные, в сельской местности или в парках. Полевые испытания – искусство и ремесло, но и огромное удовольствие для всадника и лошади.

ЕЗДА В ПОЛЕВЫХ УСЛОВИЯХ

Полевые препятствия, например бревно, показанное на снимке, привлекательны для лошадей, но они стационарны и массивны, поэтому, в отличие от конкура, у вас меньше права на ошибку. Чтобы наслаждаться этим видом верховой езды, необходимы смелость и характер, нужно оценивать возможный риск и освоить правильную технику, чтобы обеспечить максимальную безопасность. Обязательно надевайте защитный жилет, отвечающий последним стандартам безопасности, и следите за состоянием снаряжения.

ДЛИНА СТРЕМЯН

Стремена должны быть короче, чем в конкуре. Так легче ездить с большой скоростью и справляться с непредсказуемым грунтом.



Смотрите вперед, *прижимайте шенкеля и поддерживайте контакт, когда лошадь удаляется от препятствия*

Спина прямая, *корпус плавно опускается в седло, не ударяя спину лошади*

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ЕЗДА НА ОТКРЫТЫХ ПРОСТРАНСТВАХ

Прежде чем начать заниматься троеборьем, нужно приобрести опыт быстрых прогулок на открытых пространствах. Научитесь сохранять полевую посадку на галопе достаточно долго, и, если возможно, прыгайте не только в манеже. Даже в относительно контролируемых условиях тренировочного троеборного маршрута такая езда дает другие ощущения по сравнению с ездой в замкнутом пространстве, и вам нужно больше контролировать лошадь и управлять ей. Некоторые лошади возбуждаются и становятся решительнее.



Возбужденная лошадь на тренировочном маршруте



ОТРАБАТЫВАЙТЕ ПРИБЛИЖЕНИЕ К ПРЕПЯТСТВИЮ

В троеборье особенно важно правильно подойти к препятствию. По сравнению с конкуром фаза приближения длиннее и быстрее, а фиксированные препятствия не дают права на ошибку. Лошадь должна сфокусироваться и быть готовой к прыжку за 5–6 темпов. Вы должны сидеть спокойно, плотно прижав шенкеля, чтобы поддерживать скорость движения, и не мешать лошади – пусть она прыгнет сама. Если вы слишком рано наклоняетесь вперед, это нарушит равновесие.

ПРОЧНЫЕ ПРЕПЯТСТВИЯ

Троеборные препятствия кажутся более страшными, чем конкурные, поскольку они непрозрачные, но зато их форма - «поленница» с закругленным верхом повторяет траекторию полета.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДКОВНЫХ ШИПОВ

Для прыжков на грязном и скользком грунте рекомендуется использовать подковные шипы для лучшего сцепления с грунтом. Они продаются в конных магазинах, и вы должны попросить коваля подковать лошадь специальными подковами с отверстиями для завинчивания шипов.



Завинчивание шипа

Смотрите вперед *и следуйте движениям лошади, сохраняйте контакт, но отдайте повод, если нужно*

Лошадь *скоро научится «уважать» прочные препятствия и хорошо сгибать ноги*



ПРЕОДОЛЕНИЕ БАНКЕТОВ

Преодоление банкетов вверх и вниз требует той же техники, что и езда вверх и вниз по склону – подайте корпус вперед во время прыжка вверх и сидите прямо при прыжке вниз.

ПРАКТИКУЙТЕСЬ

Когда вы научитесь прыгать в замкнутом пространстве, попробуйте силы в открытом – это может быть огороженное поле с естественными препятствиями, например, поленницами или небольшими ручьями, встречающимися на прогулке. Некоторых лошадей труднее контролировать на открытых пространствах – для начала прыгайте через препятствия, встроенные в изгородь – она не промчится мимо. Затем переходите к препятствиям, стоящим одной стороной у изгороди, – здесь есть только один путь обноса. Наконец – отдельно стоящие препятствия; лошадь может отвлекаться, но вы должны управлять ею.

Достоинство тренировочного маршрута – вы можете пропустить препятствие, которое кажется сложным, не обязательно проходить весь круг сразу. Можно поработать над теми препятствиями, в преодолении которых есть проблемы или к которым у вас обычно нет доступа. Некоторые типичные троеборные препятствия, например уголки, можно имитировать из элементов конкурных препятствий.

Если у вас нет возможности предварительно пройти маршрут пешком, осмотрите его на лошади шагом – например, есть ли перепад высоты вниз при приземлении. Если маршрут не соответствует определенным стандартам, проверьте глубину водных препятствий, медленно проехав по ним. На официальных соревнованиях оговаривается максимальная глубина воды и грунт на дне, но не все маршруты стандартны.



ПРЕОДОЛЕНИЕ ВОДНОЙ ПРЕГРАДЫ

Тренируйтесь проезжать по неглубокой воде шагом, рысью и галопом. Затем добавьте небольшое препятствие на выходе. Не прыгайте в воду.



ПРЕОДОЛЕНИЕ УГОЛКОВ

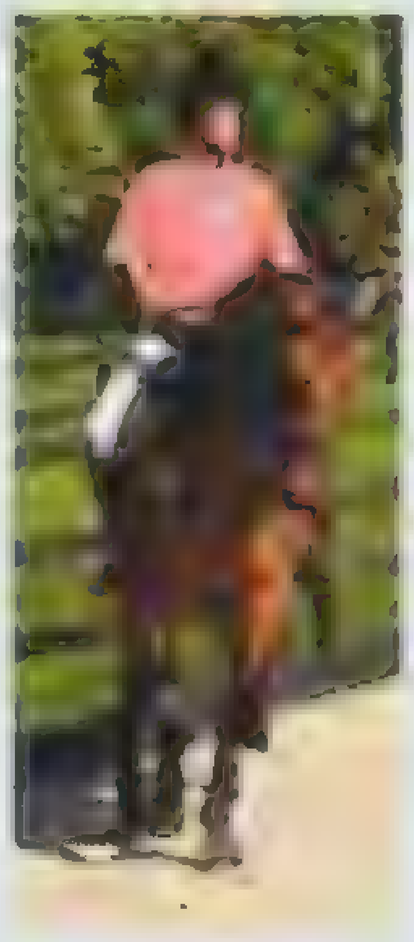
Прежде чем преодолевать это коварное препятствие, вы и лошадь должны приобрести опыт и уверенность.

ОБЫЧНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Если лошадь не отвечает на средства управления, этому могут быть несколько возможных причин и решений, которые зависят от лошади, всадника или обстоятельств. Ниже перечислены некоторые распространенные проблемы и методы их решения, но в жизни могут быть и другие факторы, например болезнь лошади.

ПРОБЛЕМЫ В ЕЗДЕ

НЕПРЫЖКОВАЯ РАБОТА

ПРОБЛЕМА	ВОЗМОЖНАЯ ПРИЧИНА	ПРЕДЛАГАЕМОЕ РЕШЕНИЕ
Лошадь замедляет темп движения или не идет вперед.	Всадник слишком тянет один или оба повода, мешая лошади двигаться вперед; плохая работа шенкелей.	Отдайте повод, чтобы лошадь могла двигаться; вышлите обоими шенкелями. Убедитесь, что ваши спина и ягодицы расслаблены и не ограничивают движение.
Лошадь не двигается прямолинейно.	Всадник смотрит или наклоняется в сторону; нечеткая работа шенкелей.	Сядьте прямо и смотрите вперед – например, на маркер на некотором расстоянии. Давайте понятные посылы, убедитесь, что оба шенкеля работают у подпруги, а руки на одной высоте.
При посыяе для поворота лошадь поворачивает голову, но не корпус, и переносит вес на наружное плечо.	Нечеткие посылы; плохая подготовка; всадник не смотрит в сторону поворота; недостаток импульса.	 **Начало поворота** Начните поворот заранее, смотрите в сторону поворота и давайте правильные посылы (см. с. 136–137). Поддерживайте импульс. На рыси и галопе перед поворотом сделайте полуодержку для восстановления равновесия.
При движении по кругу лошадь сгибает шею больше, чем корпус, и круги постепенно увеличиваются.	Слишком затянут внутренний повод; всадник управляет поводом головой лошади и не использует шенкеля и корпус, чтобы направлять корпус лошади.	Отдайте и наберите внутренний повод, чтобы расслабить эту сторону лошади. Наружным поводом ограничивайте сгибание шеи. Держите внутренний шенкель у подпруги, наружный – сзади подпруги, дальше, чем обычно, чтобы контролировать задние ноги лошади. Смотрите в нужном направлении.
Сгибания и круги в одну сторону выполняются труднее.	Большинство людей и лошадей легче сгибаются в какую-либо одну сторону; проблема может быть в любом из вас. Лошадь может быть недостаточно разогрета.	Хорошо разминайтесь перед выполнением упражнений; двигайте лошадь вперед, чтобы она равномерно работала задними ногами – полезны уступка шенкелю и петли. Научитесь распознавать проблему, побуждать и хвалить лошадь. Разминка перед ездой не повредит и вам; не перенапрягайте мышцы, и посадка должна быть ненапряженной.

ПРОБЛЕМЫ В ЕЗДЕ

ПРОБЛЕМА	ВОЗМОЖНАЯ ПРИЧИНА	ПРЕДЛАГАЕМОЕ РЕШЕНИЕ
Лошадь прогибает спину или вскидывает голову, когда вы замедляете движение.  **Голова поднята**	Всадник слишком затягивает поводья.	Управляйте корпусом совместно с шенкелями, чтобы выслать лошадь на повод. Затем ослабьте воздействие повода, чтобы лошадь могла работать спиной и шеей.
Лошадь тянет голову и шею вперед, вследствие чего всадник теряет равновесие и валится на шею лошади.	Всадник использует поводья для поддержания равновесия; посадка не крепкая.	Научитесь держать равновесие без помощи поводьев. Возьмите уроки в манеже, пусть тренер подберет упражнения для езды без поводьев и (или) стремян.
Выполняя уступку шенкелю, лошадь идет слишком медленно или уходит в сторону.	Недостаток импульса при движении вперед; нечеткие средства управления или слишком сильны боковые воздействия.	Отдайте внутренний повод; проехав немного вперед, снова начните выполнять уступку шенкелю.
Всадник становится нетерпеливым и вступает в борьбу с лошадью.	Лошадь запуталась в нечетких посылах; всадник нервничает на старте.	Сделайте несколько глубоких вдохов и отбросьте каждодневные проблемы прежде, чем сесть в седло – лошади очень чувствительны к настроению всадника и любому напряжению в его теле. Давайте четкие посылы. Награждайте лошадь за хорошую работу.

ПРЫЖКИ

ПРОБЛЕМА	ВОЗМОЖНАЯ ПРИЧИНА	ПРЕДЛАГАЕМОЕ РЕШЕНИЕ
Лошадь несется на препятствие и прыгает слишком размашисто или сбивает верхнюю жердь.	Плохое приближение; лошадь перевозбуждена или напугана, возможно, из-за прошлого опыта.	Работайте над уверенным уравновешенным приближением; концентрируйтесь на ритме и импульсе, а не скорости. Прыгайте с рыси или даже с шага.
Лошадь замедляет движение за несколько темпов до препятствия и встает или обносит.	Недостаток импульса; всадник смотрит вниз или не работает шенкелем; лошадь или всадник нервничают.	Уменьшите высоту препятствий, если это нужно для восстановления уверенности. Работайте над приближением и импульсом. Держите руки спокойно, чтобы направлять лошадь прямо вперед. Смотрите на точку на горизонте позади препятствия.
Всадник бросает повод во время прыжка и с трудом контролирует лошадь при приземлении.	Всадник отстал от движения; его руки слишком напряжены и не распрямляются вслед за шеей лошади.	Руки должны следовать движениям шеи лошади, поддерживать контакт поводом во время пролета. Гимнастические прыжки помогают развить равновесие (см. с. 190–191).  **Прыжок через препятствие**
Всадник теряет равновесие при приземлении.	Всадник слишком наклонился вперед; слабый упор шенкелей; сильно прижатые колени.	Укоротите стремена и отрабатывайте конкурную посадку во время непрыжковой работы. Перенесите вес тела на пятки, чтобы шенкеля не отклонялись назад. Во время отталкивания следуйте движениями лошади, а не подавайте корпус резко вперед.

ЕЗДА В ПОЛЕ

Полевая езда в сельской местности – один из самых приятных видов досуга. Вы покрываете большее расстояние за меньшее время, чем пешком, и наслаждаетесь видами с выгодной точки – спины лошади. Если ехать тихо, можно понаблюдать за дикой природой: пугливые животные скорее убегут от человека или собаки, чем от лошади.

ЕДЕМ НА ПРОГУЛКУ

Прогулки в сельской местности – один из самых привлекательных аспектов верховой езды. Здесь вам понадобятся все навыки, изученные в манеже, – они помогут справиться с возможными трудностями и доставят удовольствие. Не забывайте о вежливости в отношении других людей, пользующихся теми же маршрутами.

КАК ЛОШАДЬ ДОЛЖНА СЕБЯ ВЕСТИ

Вам открывается новый мир, полный радостей и опасностей – с мусором, застрявшим в живой изгороди, открытыми дикими пространствами и другими лошадьми. Лошадям нравятся прогулки, и они могут сильно возбуждаться. Вас не выпустят в поля, пока вы не будете готовы, и подберут вам подходящую лошадь. Помните, что, наслаждаясь пейзажами, нужно концентрироваться на езде!



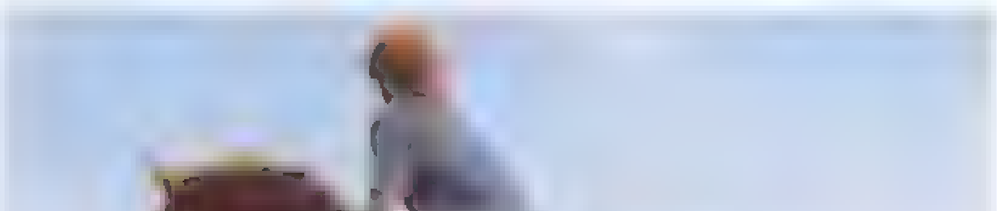
БЕЗОПАСНАЯ ЕЗДА

Расслабьтесь и получайте удовольствие, но контролируйте лошадь и будьте активным всадником.

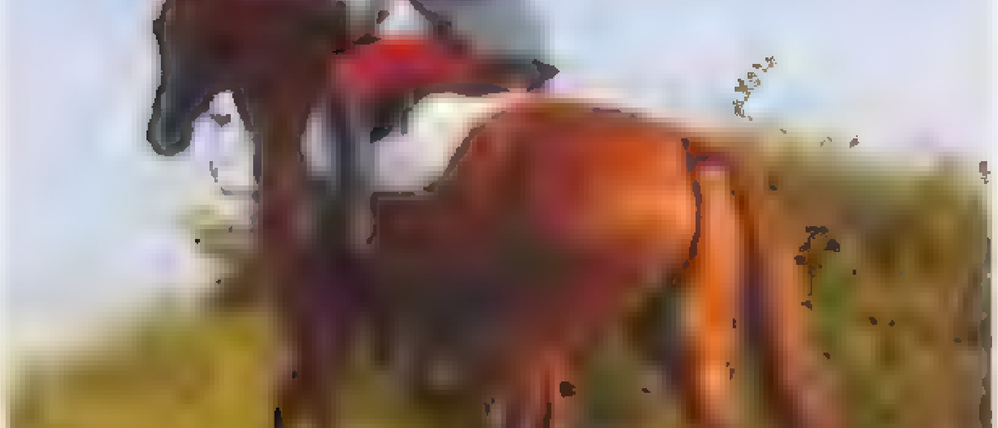
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ЕЗДА ВВЕРХ И ВНИЗ ПО СКЛОНУ

Подъём по пологому склону – тяжелая работа для лошади, и она может захотеть подниматься рысью или даже галопом. Подайте корпус вперед и прижмите шенкеля, чтобы помочь лошади сохранить равновесие и импульс. Вниз съезжайте только шагом. Сидите прямо или, если склон очень крутой, слегка отклонитесь назад, чтобы разгрузить плечи лошади. Перенесите вес на пятки и не заводите шенкеля назад.



Наклонитесь вперед на подъёме



Слегка отклонитесь назад на пологом спуске

СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ

Если лошадь понесла и не останавливается, сохраняйте спокойствие и используйте навыки сбора, которым вы научились в манеже. Важно крепко держать поводья, но некоторые лошади увеличивают скорость, если всадник тянет за повод, поэтому отдайте и наберите один или оба повода. Крепко сядьте в седло, прижмите шенкеля и не наклоняйтесь вперед, иначе лошадь прибавит ход. Если позволяет место, сделайте круг. Успокаивайте лошадь голосом и постарайтесь снова завладеть ее вниманием, особенно если лошадь охвачена паникой или страхом.



ПУГЛИВАЯ ЛОШАДЬ

Если вы приближаетесь к чему-то «опасному» (технике, трепещущему пакету или человеку, работающему в саду), не пугайтесь сами и не фокусируйтесь на этом. Крепко прижмите шенкеля, смотрите вперед и проезжайте мимо.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

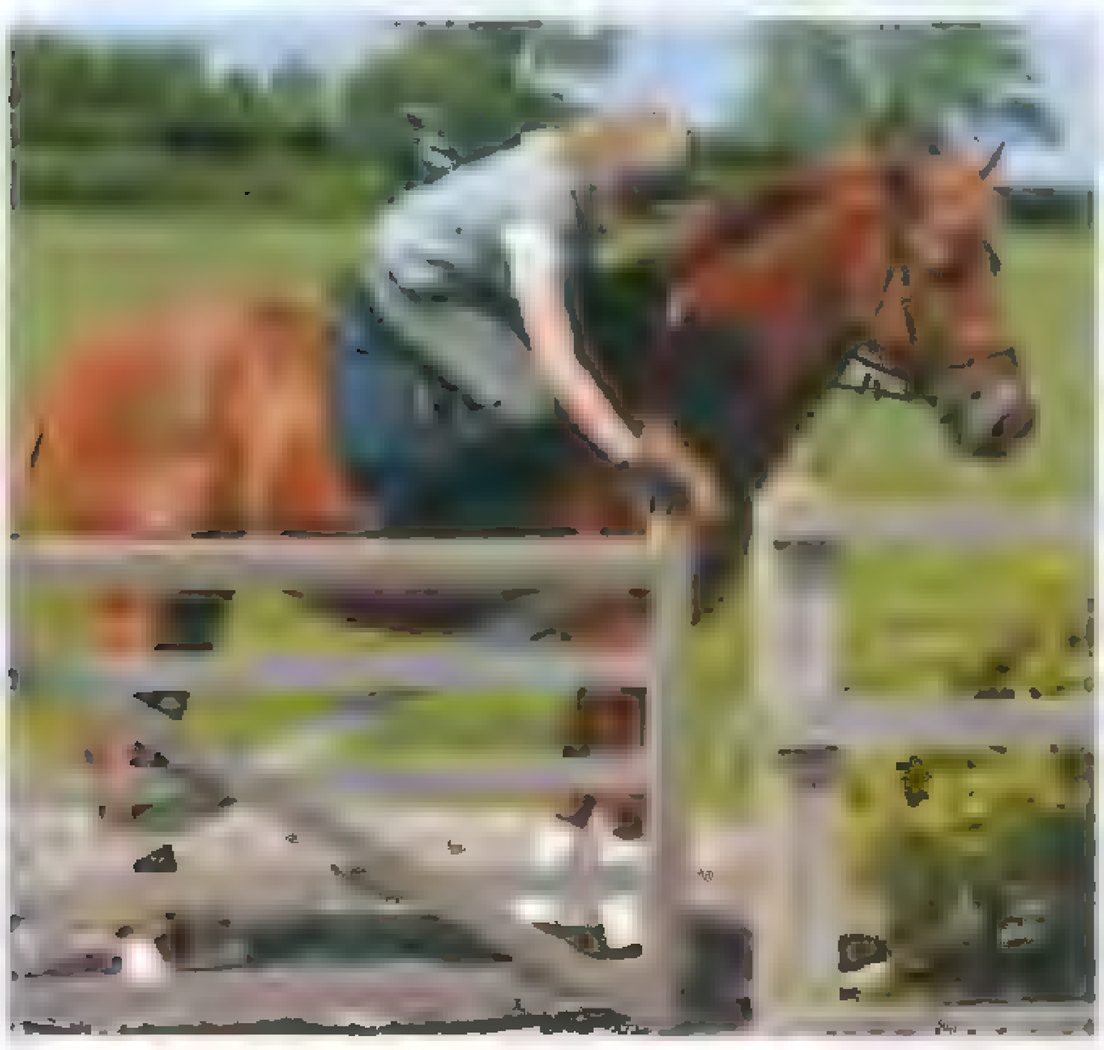
- **Наклоняйтесь** к шее лошади, когда проезжаете под низко расположенными ветками. Прижмите шенкеля и сохраняйте контакт поводьев. Смотрите вперед. Если вы не уверены, что сможете проехать, спешьтесь и проведите лошадь в поводу.
- **Используйте** сбор и средства управления, чтобы не цепляться ногами за деревья, обрамляющие дорожку.
- **Спешивайтесь,** преодолевая узкие, скользкие или высокие мосты. Если мосты специально сконструированы для лошадей, переходите их в поводу или верхом в зависимости от условий.
- **Не позволяйте** лошади валяться в воде. Сохраняйте равновесие и проезжайте вперед осторожно, но уверенно, особенно если лошадь пытается остановиться и бьет по воде ногой.



Лошадь бьет по воде ногой

ОТКРЫВАЕМ И ЗАКРЫВАЕМ ВОРОТА

Большинству всадников на прогулке или по пути к манежу приходится открывать и закрывать ворота. Если лошадь отвечает на посылы вбок и может поворачиваться на передних и задних ногах – это большое преимущество, а ворота дают возможность поупражняться в этих движениях за пределами манежа.



1 ВСТАНЬТЕ ПАРАЛЛЕЛЬНО ВОРОТАМ
Подъезжайте к воротам шагом и встаньте параллельно им, головой к задвижке. Возьмите поводья в одну руку, дальнюю от ворот, наклонитесь и другой рукой откройте задвижку.



2 ШИРОКО ОТКРОЙТЕ ВОРОТА
Шенкелем вышлите лошадь вбок, постепенно открывайте ворота, держась за задвижку. Убедитесь, что ворота не задевают лошадь, и она может свободно пройти через них.



3 ПРОЕЗЖАЙТЕ В ВОРОТА
Когда ворота открыты достаточно – чтобы ваши ноги и снаряжение ни за что не зацепились, проезжайте. Если вы сомневаетесь, спешьтесь и проведите лошадь в поводу.



4 ПРИДЕРЖИВАЙТЕ ВОРОТА
Если ворота тяжелые или могут самопроизвольно закрыться, когда вы проезжаете, придерживайте задвижку, но убедитесь, что вам и лошади хватает места для маневров.



5 РАЗВЕРНИТЕСЬ

Теперь развернитесь, используя шенкеля и поводья, и снова встаньте параллельно воротам. Возьмитесь на створку ворот и потяните ее на себя.



6 ДВИГАЙТЕСЬ ВБОК

Закрывая ворота, посылайте лошадь вбок, следите, чтобы ноги лошади не попали в ворота. На всех стадиях следите, чтобы поводья или мартингал за что-нибудь не зацепились.

7 ЗАКРОЙТЕ ВОРОТА

Закройте задвижку, проверьте, что вы все сделали правильно, развернитесь и отъезжайте шагом – не позволяйте лошади развивать привычку удаляться от ворот быстро.

Убедитесь, *что ворота хорошо закрыты*

Держите ноги *в стременах и убедитесь, что ани не зацепились за что-нибудь*

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Потренируйтесь** открывать и закрывать ворота перед выездом в поле, чтобы для вас и лошади это не было в новинку.
- **Убедитесь,** что вы сможете спешиться и сесть в седло, если придется проводить лошадь через ворота в поводу.
- **Если вам** приходится открывать ворота, всегда закрывайте их.
- **Если ворота** открыты, подумайте почему: сознательно или по небрежности.

«НИ ОДИН ЧАС ЖИЗНИ,

ПРОВЕДЁННЫЙ В СЕДЛЕ,

НЕ ПРОЖИТ ЗРЯ».

Уинстон Черчилль, государственный деятель и писатель (1874–1965)

БЕЗОПАСНОСТЬ И ЭТИКЕТ

Выезды в поле – радость, но и большая ответственность. Лошади вдали от дома могут быть возбужденными или рассеянными, требующими контроля. Существуют разумные меры предосторожности. которые вы можете предпринять до и во время езды, чтобы уменьшить риск и заслужить доброжелательность жителей к всадникам.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Убедитесь**, что лошадь, на которой вы едете в поле, привыкла к этому и что она соответствует вашему уровню.
- **Проверьте** состояние снаряжения.
- **Сообщите** кому-нибудь, куда и на сколько вы направляетесь.
- **Возьмите с собой** мобильный телефон с номерами конюшни и ветеринара.
- **Выезжайте** в поле с кем-нибудь еще, если возможно, и обязательно, если вы начинающий.

ДВИЖЕНИЕ ПО ДОРОГАМ

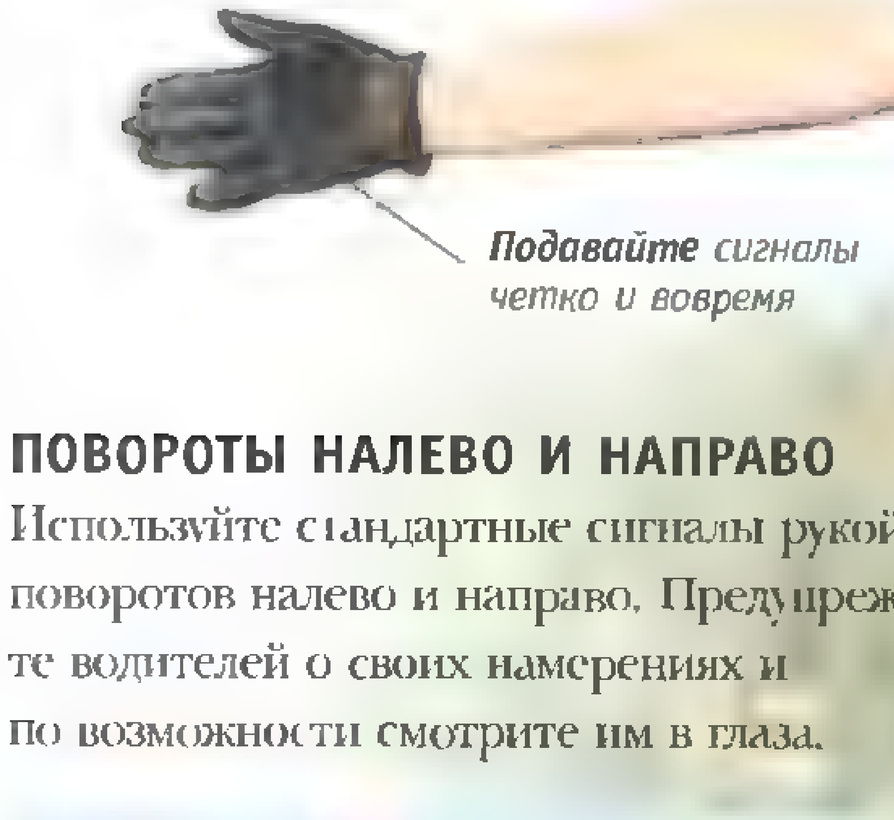
Даже самый тихий сельский переулок может быть опасным для лошади. Многие водители не осознают, что если лошадь не боится машин, ее могут напугать другие факторы, например, звук работающей газонокосилки за живой изгородью. Следовательно, всадник должен

Наденьте *правильно подогнанный и закрепленный на голове шлем. В некоторых странах движение по дорогам без шлема запрещено законом.*

Подавайте *сигналы четко и вовремя*

ПОВОРОТЫ НАЛЕВО И НАПРАВО

Используйте стандартные сигналы рукой для поворотов налево и направо. Предупреждайте водителей о своих намерениях и по возможности смотрите им в глаза.



БЛАГОДАРНОСТЬ

Благодарите вежливых водителей – используйте стандартный жест рукой или, если лошадью нужно управлять двумя руками, улыбнитесь и кивните.

не только полностью контролировать лошадь, но и быть внимательным ко всему происходящему вокруг. Будьте внимательны к грунту, особенно при движении по льду или скользкой грязи. Повороты и изъезженные дорожки часто скользкие, поэтому осторожно приближайтесь к ним, лучше шагом.

Как правило, по дорогам всадники передвигаются колонной, держа минимальную безопасную дистанцию. Большие группы разбиваются на маленькие, чтобы не создавать помех движению.

Не пересекайте разметку на перекрестках, пока вы не уверены, что это безопасно. Вы должны уметь заставить лошадь стоять спокойно сколько нужно и сразу же двигаться вперед по команде – эти упражнения выездки здесь весьма полезны.



ТЯЖЕЛЫЙ ГРУНТ
Проезжайте медленно по неровным и грязным участкам, старайтесь объезжать очевидные преграды. В глубокой грязи могут быть не видны выбоины и корни. Пусть лошадь видит, куда идет

ВСТРЕЧИ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ

Другие люди тоже имеют право пользоваться дорожками. Проезжайте мимо них шагом, оставляя им по возможности больше места. Благодарите тех, кто уступает вам дорогу. Относитесь с уважением к другим всадникам. Окликните другого всадника, если вы подъезжаете сзади, и если вам нужно обогнать, подождите, пока вам уступят дорогу. Обогнав, наберите разумную дистанцию и лишь после этого ускоряйтесь.



ЗАМЕТНЫ ПРИ ЛЮБОМ ОСВЕЩЕНИИ
Желтый жилет со светоотражающими полосками дает водителям несколько дополнительных секунд, чтобы затормозить.



БУДЬТЕ ЗАМЕТНЫМИ
Существует большое разнообразие одежды со светоотражающими элементами для всадников и лошадей.

ПРОВЕРЬТЕ

ЕЗДА ПО СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

- **Придерживайтесь** дорожек для верховой езды; если можно ездить по краю поля, не топчите посевы.
- **Знайте,** что в живых изгородях гнездятся птицы, которые в некоторые периоды года особенно беззащитны.
- **Проезжайте шагом** мимо скота.
- **Закрывайте ворота** за собой.
- **Уважайте** личное пространство других – не разговаривайте громко, проезжая мимо домов и садов.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Мы надеемся, что с вами на прогулке ничего не случится. Большинство возникающих проблем имеют простое решение: вернуться домой в седле или ведя лошадь в поводу. Но что может произойти с вами и что вы должны делать? В любом случае вам помогут немного знаний и много здравого смысла.

ОСЛАБШАЯ ИЛИ ПОТЕРЯННАЯ ПОДКОВА

Ослабшая подкова во время езды обычно не вызывает больших проблем. Осторожно вернитесь на конюшню и сообщите ковалю. Если подкова потеряна и копыто не повреждено, лошадь обычно сможет вернуться домой шагом. Однако движение без подковы часто болезненно для лошади.

ВНЕЗАПНАЯ ХРОМОТА

Если лошадь неожиданно начинает хромать, и в копыте застряли камешки, спешьтесь, перекиньте стремена через седло и осмотрите передние копыта. Скорее всего, вам не удастся безопасно осмотреть задние копыта, если некому подержать лошадь (никогда не выпускайте поводья из рук!), поэтому единственное решение – отвести лошадь домой в поводу.

Гвозди и другие острые предметы легко протыкают копыта. Это тоже вызывает хромоту и может быть очень серьезно, причем в этом случае повреждение может быть и незаметно, особенно если вы едете по грязи. Если лошади больно идти, позвоните и обратитесь за помощью. Четко объясните, где вы находитесь, чтобы вас было легко найти.

ПРОБЛЕМЫ СНАРЯЖЕНИЯ

Если порвалось путлище, скорее всего, вы сможете добраться до конюшни шагом.

Повреждение любого другого элемента снаряжения гораздо серьезнее. Если порвалась подпруга, вы должны отвести лошадь домой в поводу, придерживая седло. Подтяните стремена и закрепите подпругу, чтобы она не болталась.

Если поводья порвались около центральной пряжки и вы можете держать их, свяжите их узлом, но разрыв в любом другом месте означает, что вы спешиваетесь и возвращаетесь домой в поводу. Если порвалась любая часть уздечки, кроме капсюля, вы не можете контролировать лошадь. Кусок веревки в кармане может скрепить разорванные концы, но ни в коем случае не садитесь в седло, если уздечка порвана. Если вы слишком далеко от дома или нужно двигаться по оживленной трассе, вызовите помощь.



ВОЖДЕНИЕ ЛОШАДИ ВСАДНИКОМ
Это могут делать только опытные всадники. Перекиньте поводья через шею лошади и держите их за середину ближайшей к лошади рукой.



ШАГОМ ДОМОЙ
Гораздо безопаснее, если лошадь, которую ведут домой в поводу, сопровождает всадник, спокойно едущий рядом.

ПАДЕНИЕ

Сделайте все возможное, чтобы удержать поводья, когда вы падаете: у лошади множество причин, чтобы убежать – от шалости до испуга. а последствия ее бегства могут быть серьезными. Если все в порядке, отряхните пыль и снова сядьте в седло, даже если вам придется прервать запланированный маршрут и вернуться домой. Если упавший всадник без сознания, возможно, его надо перевернуть на спину. Всегда есть вероятность повреждения спины, но вы должны думать прежде всего о спасении жизни, поэтому научитесь оказывать первую помощь. Позаботьтесь о безопасности и вызовите помощь. Если у всадника травма головы, не снимайте шлем, особенно если он без сознания, этим вы можете усугубить положение.

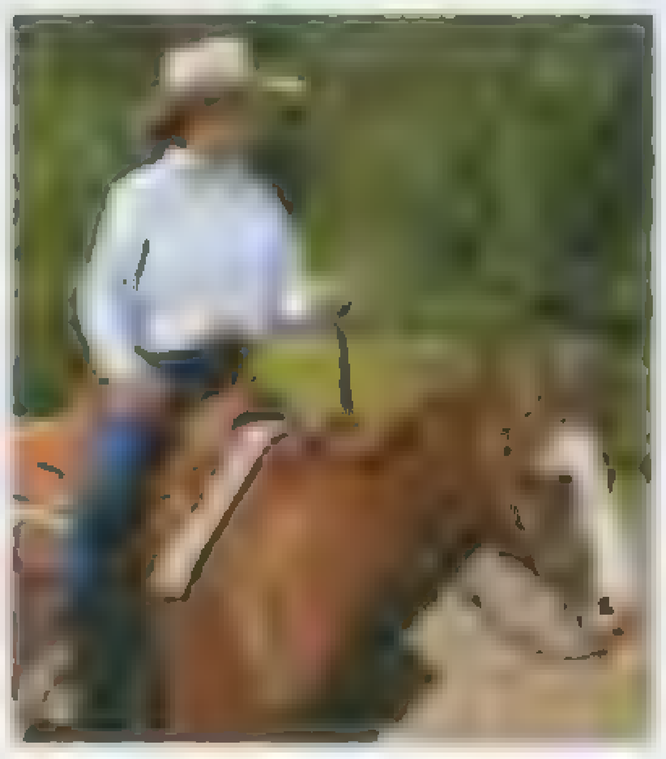
СТИЛЬ ВЕСТЕРН

ПРОИСХОЖДЕНИЕ СТИЛЯ

Стиль вестерн зародился на ранчо американского Запада под влиянием стиля езды, привезённого в Новый Свет конкистадорами. Сев в седло для вестерна. вы почувствуете себя ковбоем, но современный вестерн – это не только комфортные длительные прогулки, но и спортивные дисциплины, известные во всем мире.

ЭФФЕКТИВНО И БЕЗОПАСНО

Хорошо выезженная в стиле вестерн («finished») лошадь может сравниться с новым скоростным автомобилем престижной марки: она ответственна, предсказуема, спокойна и сильна. Партнёрство, возникающее между всадником и лошадью, способствует приятной и спокойной езде.



НЕК-РЕЙНИНГ

В этой технике всадник перемещает руку налево или направо, чтобы дать лошади сигнал к повороту.

Каждый аспект вестерна возник из необходимости эффективной и безопасной работы всадника. Ковбой должен был иметь свободную руку, чтобы бросать лассо, поэтому появилась техника «нек-рейнинга» (neck reining) – управления лошадью одной рукой путём давления поводьев на шею. Это позволяло ковбою не только бросать лассо, но и открывать ворота, щёлкать кнутом и выполнять другие действия пастуха.

ИСКУССТВО ЕЗДЫ В СТИЛЕ ВЕСТЕРН

Самое очевидное, но не единственное, отличие английского стиля от стиля вестерн – снаряжение. Большинству лошадей, выезженных в английском стиле, необходим постоянный контакт поводом, сбор, но в вестерне контакт минимален.

Лошадь реагирует на малейшие изменения положения удил во рту, что в сочетании с естественными средствами управления – корпусом всадника, шенкелями и руками – обеспечивает контакт и быструю реакцию лошади. Лошадей для вестерна тренируют

ют особым образом – лошадь, выезженная по-английски, не сразу поймёт требования вестерна, и наоборот. Искусство верховой езды в стиле вестерн во многом схоже с английским стилем. Корпус всадника естественно прямой на шагу, рыси и галопе, но стремена длиннее, что обеспечивает более глубокую посадку. Обычно если лошадь работает на мундштуке (*см.* с. 76–77), поводья держат в одной руке, а вторая рука покоится на бедре всадника или на боку.

Многие всадники ошибочно полагают, что лошадь контролируется поводом, воздействующим на рот, но в действительности всадник пытается контролировать плечи и круп. Если всадник может побудить лошадь приподнять перёд, она будет лучше реагировать на средства управления и подстраиваться под движения всадника. Если движения лошади идут от задних ног, лошадь работает энергично и может прибавлять и сокращать аллюры.

ВСЕМИРНАЯ ПОПУЛЯРНОСТЬ

Зародившись в Америке, стиль вестерн сейчас покоряет мир. Он совершенствовался и отходил от изначальной утилитарности, но сохраняет свою практичность и пользу.

Как и в английском стиле, в стиле вестерн существуют разнообразные соревновательные дисциплины. В одних классах оценивается мастерство всадника, в других – выезженность лошади. В некоторых видах соревнований оценивается подвижность и послушание лошади, в других участники соревнуются на время, например в джимхане.

Соревнования проводятся не только в Северной Америке. Всадники со всей Европы всё больше принимают участие не только в соревнованиях и шоу местного масштаба, но и получают квалификацию для участия в международных соревнованиях по всему миру. В Южном полушарии, например, в Бразилии, Южной Африке и Австралии, есть всадники вестерна мирового уровня.

Люди по всему миру открывают вестерн благодаря конному туризму. Организаторы конных туров по всему миру часто предлагают стиль вестерн, поскольку он удобен для начинающих.

НА РАНЧО

Стиль вестерн возник из-за необходимости ловить скот лассо.

ПЕРВЫЕ УРОКИ

Езда в стиле вестерн очень гармонична. Потратьте время, чтобы усвоить основы и выработать правильную посадку и равновесие на шагу. Тогда и лошадь, в свою очередь, будет работать лучше и охотнее на более быстрых аллюрах. Эти базовые навыки создадут крепкую основу для выполнения более сложных задач.

ПОСАДКА НА ЛОШАДЬ

Лошади большинства пород, традиционно используемых в вестерне, например квотерхос, ниже лошадей, используемых в английском стиле, поэтому новичку легче сесть в седло. Однако важно, садясь в седло, не напугать лошадь, научитесь делать это спокойно и плавно.



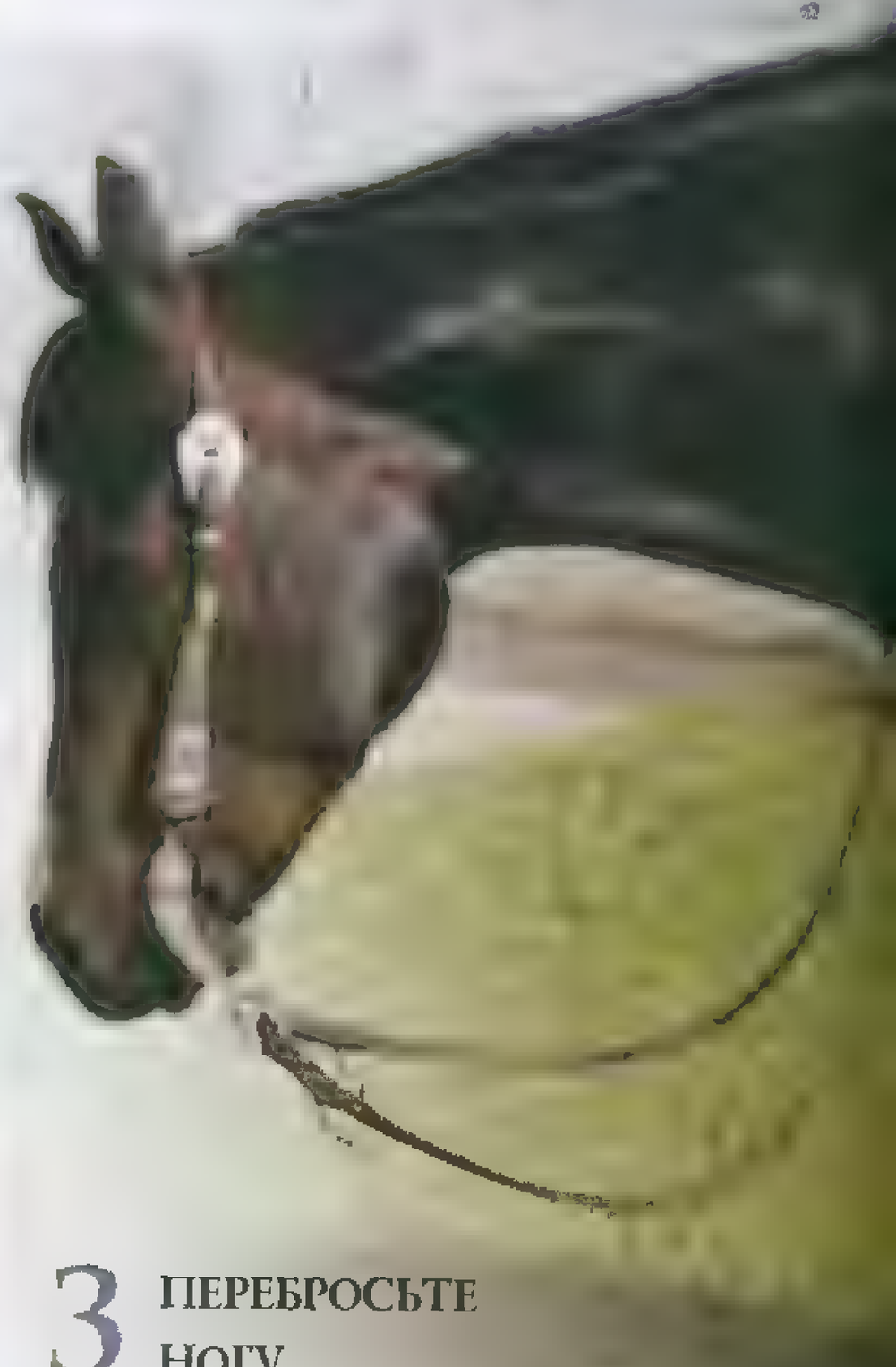
ТЕХНИКА

АЛЬТЕРНАТИВНЫЙ СПОСОБ

Некоторые всадники садятся в седло, держа левой рукой поводья на холке лошади, а правой – рог седла, повернувшись лицом к хвосту лошади. Однако этот метод нравится не всем. Выберите тот, который вам больше подходит.

1 ЛИЦОМ К ХВОСТУ

Всегда садитесь в седло с левой стороны. Встаньте лицом к хвосту лошади, возьмите поводья в левую руку и положите её на переднюю луку. Поверните стремя к себе и вставьте в него носок левой ноги.





2 ПЕРЕНЕСИТЕ ВЕС

Возьмитесь правой рукой за заднюю луку и, чуть подпрыгнув, оттолкнитесь от земли правой ногой, перенеся вес на левое стремя. Выталкивайте себя вверх левой ногой.

3 ПЕРЕБРОСЬТЕ НОГУ

Слегка наклонитесь вп рёд, поскольку только так вы сможете выпрямить левую ногу. Плавно перенесите правую ногу через спину лошади, не касаясь задней луки. Старайтесь не задеть лошадь.

4 СЯДЬТЕ В СЕДЛО

Мягко опуститесь в седло. Не падайте резко. Правой ногой нащупайте стремя и держите его на широкой части ступни.



Старайтесь *садиться в седло одним плавным движением*

Высоко *поднимайте ногу над крупом лошади*

РАЗБОР ПОВОДЬЕВ

В вестерне применяются несколько способов разбора поводьев в зависимости от типа удил и уровня подготовки лошади. В случае трензельного оголовья лошадь всегда управляется двумя руками, а при мундштучном оголовье всадник обычно держит поводья в одной руке, реже, на тренировках, двумя руками.

ТРЕНЗЕЛЬНОЕ ОГОЛОВЬЕ

У трензельного оголовья для вестерна поводья раздельные (split reins). Существует два способа разбора трензельных поводьев – перекрещенные поводья (crossed reins) или «мостиком» (bridged reins) – выбирайте любой; в обоих случаях расстояние между руками всадника около 10 см. Всадник должен уметь работать каждой рукой независимо.



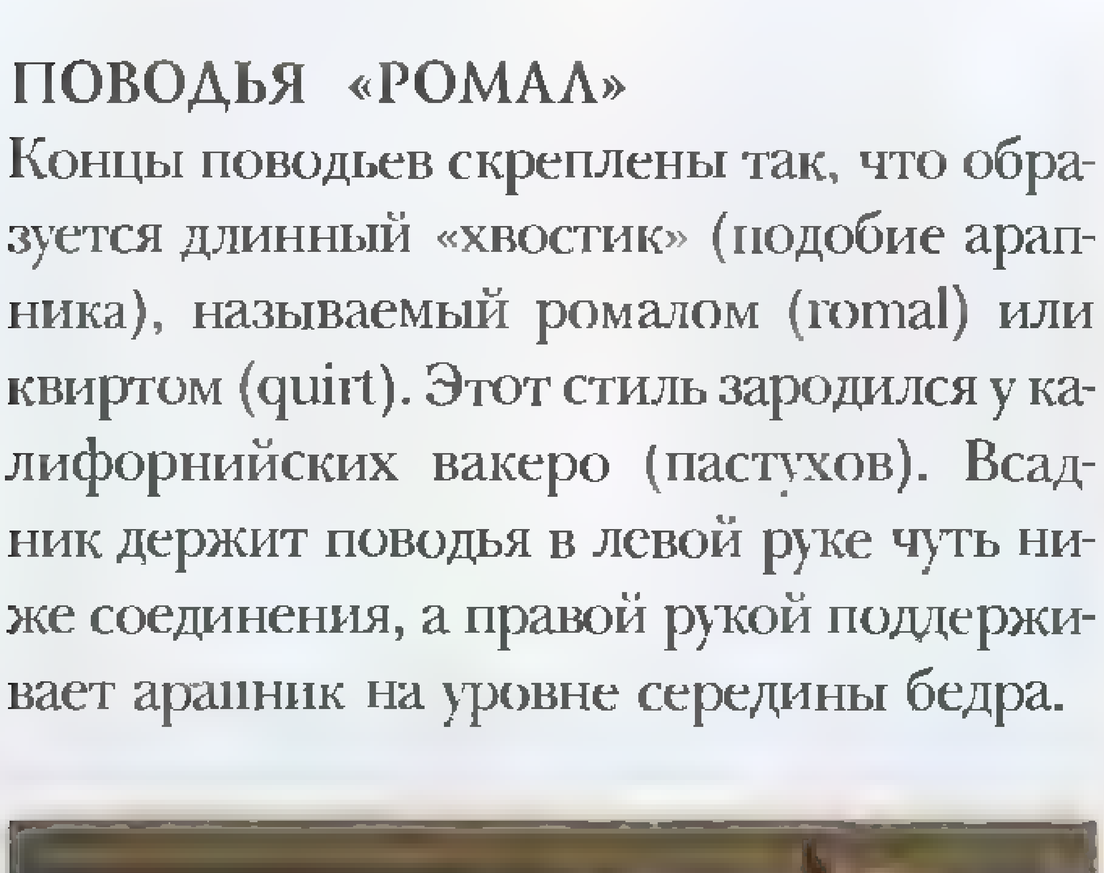
ПЕРЕКРЕЩЁННЫЕ ПОВОДЬЯ
Управляя лошадью в трензельном оголовье, вы можете перекрещивать поводья над шеей лошади так, чтобы конец правого повода свободно свисал слева, а конец левого – справа.



ПОВОДЬЯ «МОСТИКОМ»
Можно держать каждой рукой оба повода, чтобы между кулаками была небольшая петля. Возьмите поводья так, чтобы большие пальцы были снизу, и свободно держите всеми пальцами.

ПОВОДЬЯ «РОМАЛ»

Концы поводьев скреплены так, что образуется длинный «хвостик» (подобие арапника), называемый ромалом (romal) или квиртом (quirt). Этот стиль зародился у калифорнийских вакеро (пастухов). Всадник держит поводья в левой руке чуть ниже соединения, а правой рукой поддерживает арапник на уровне середины бедра.



КВИРТ
Никогда не бросайте квирт и не давайте ему свободно болтаться. Он обычно длиной около 1 м и может запутаться в ногах лошади.



РАЗБОР ПОВОДЬЕВ «РОМАЛ»
Держите кулаки большими пальцами вверх на расстоянии около 40 см друг от друга. Опустите правую руку, чтобы она свободно свисала.

РАЗДЕЛЬНЫЕ ПОВОДЬЯ

Мундштучное оголовье имеет раздельные поводья. В неумелых руках мундштук может травмировать лошадь, поэтому всадник должен пользоваться им осторожно, оказывая давление, минимально достаточное для реакции лошади. Действие мундштука зависит от положения руки всадника и длины поводьев.



ПАЛЕЦ МЕЖДУ ПОВОДЬЯМИ

Держите оба повода в левой руке, разделяя их указательным пальцем, суставы слегка повёрнуты внутрь.



СВОБОДНЫЙ КУЛАК

Раздельные поводья можно держать в некрепко сжатом кулаке. Держите большой палец сверху, чтобы поводья не выскользнули.



ДЛИНА ПОВОДЬЕВ

Поводья между рукой и ртом лошади должны провисать. Держите их максимально мягко, очень важно правильно разобрать поводья.

***Держите руки** расслабленно и естественна, окола рога седла*

***Поводья** должны свободно провисать, чтобы не воздействовать на лошадь постоянно*

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Держите** руку с поводьями чуть выше и впереди седла, управляя лошадью одной рукой.
- **Не выдвигайте** руку с поводьями (rein hand) слишком вперёд за рог седла – это неудобно и неестественно.
- **Не держите** руку слишком близко к себе: не имея возможности отодвинуть руку назад, вы не сможете эффективно взаимодействовать с лошадью.

Рука слишком далеко впереди

Рука слишком далеко сзади

ПОСАДКА ВСАДНИКА

Средства управления лошадью в вестерне такие же, как и в английском стиле. В любом случае необходима правильная посадка всадника – плохая посадка приводит к потере равновесия и посредственному выполнению упражнений. Обязательно сохраняйте естественное равновесие, независимо от аллюра или элемента.

СИДЕТЬ ПРАВИЛЬНО

Когда вы сидите правильно, воображаемая линия проходит от вашего уха через плечо и бедро к пятке. Спина прямая, не сутулая и не прогнутая, вы должны сидеть элегантно. Руки всегда должны расслабленно и естественно свисать по бокам, рука от плеча до локтя должна быть прижата к корпусу. Если вы не выступаете на соревнованиях, держите свободную руку как вам удобно – упирая в бедро или свешивая.

ПОСАДКА И СРЕДСТВА УПРАВЛЕНИЯ

Посадка так же важна в вестерне, как и в английском стиле. Сидите ещё глубже, раскрывая тазобедренный сустав, опирайтесь на обе седалищные кости. Вы будете использовать перемещение центра тяжести, равновесие и разновидность полуодержек, как всадники английского стиля. Если посадка плохая, эффективно управлять лошадью невозможно.



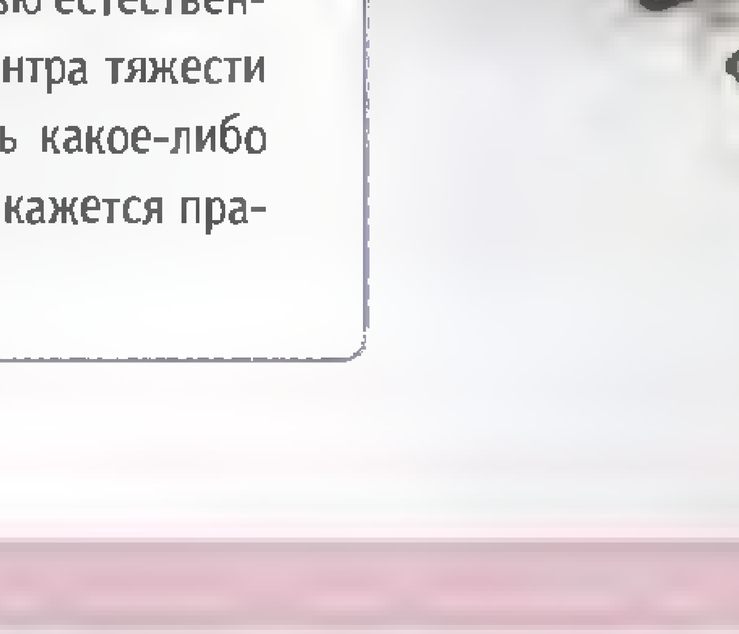
СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ДЛИНА СТРЕМЯН

Длина стремян оказывает большое влияние на посадку. Если вы чувствуете, что постоянно пытаетесь дотянуться до стремени, или сидите как на стуле, потому что стремена коротки, подгоните их. Работайте с помощью естественного равновесия и положения центра тяжести и не заставляйте себя принимать какое-либо положение лишь потому, что оно кажется правильным.

НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Сидите** комфортно и естественно.
- **Не прогибайте** поясницу. В этом случае вы будете сидеть напряжённо и не сможете объяснить лошади, что вы хотите. Управлять ягодицами при этом практически невозможно.
- **Не отклоняйтесь** назад. Ваш центр тяжести окажется позади центра тяжести лошади, а шлюсс и шенкель не будут иметь хорошего контакта с её боками и не дадут эффективного воздействия.



Прогнутая поясница

Всадник отклонился назад

Держите голову *ровно, не вытягивайте подбородок вперёд*

Смотрите вперёд *в направлении движения*

Держите плечи *на одной высоте, назад и вниз*

Держите поводья *чуть впереди и выше рога седла*

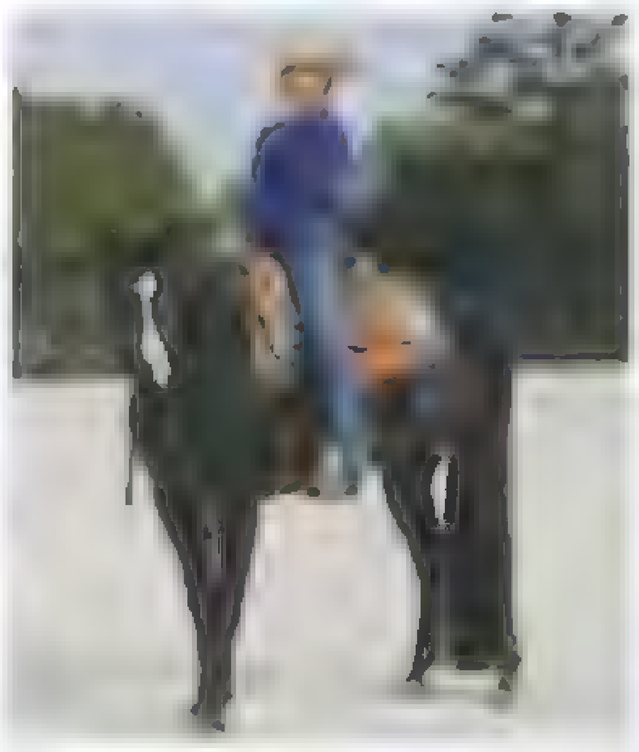
Согните левую *руку в локте*

Разверните ступни *вперёд и слегка наружу, держите стремена на носке ноги для устойчивости*

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

ПОЛОЖЕНИЕ НОГИ

Чтобы эффективно работать шенкелем, прижмите колени к седлу, чтобы бёдра плотно прилегали к нему. Шенкеля должны слегка касаться лошади.



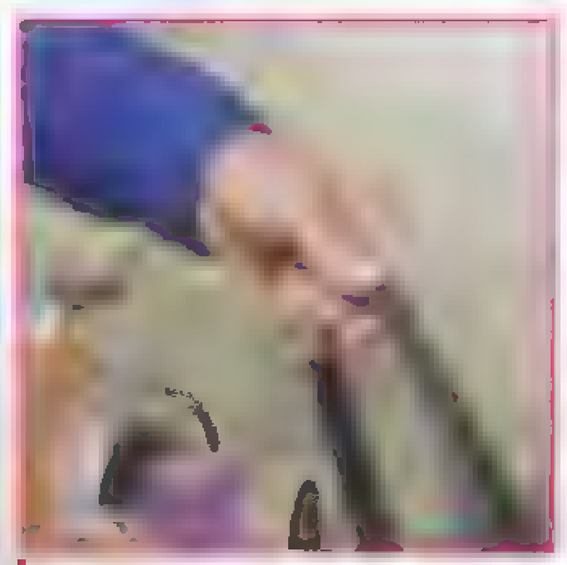
Эффективное положение ноги

ДВИЖЕНИЕ ШАГОМ

Даже несмотря на то, что шаг – самый медленный аллюр, лошадь должна двигаться энергично. Энергичная лошадь маневренна и легко управляема на всех аллюрах.
Во время езды постоянно помните об импульсе, создающем энергию движения лошади.

1 ДВИГАЙТЕСЬ ВПЕРЁД

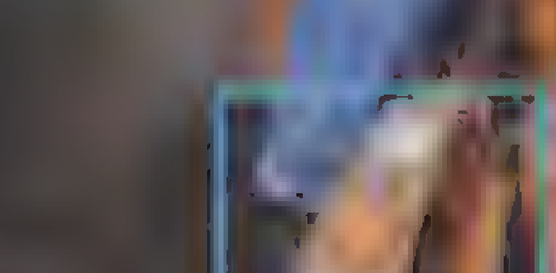
Вышлите лошадь шенкелями или пятками, если нужно более сильное воздействие. Лошадь должна тут же двинуться вперёд, поочерёдно поднимая каждую ногу.



***Пусть рука** с поводьями следует за движениями головы лошади*

***Сидите прямо,** держите спину ровно*

***Пусть ваши** ягодицы движутся вместе с лошадью*



***Вышлите лошадь** пятками, если она идёт слишком медленно*



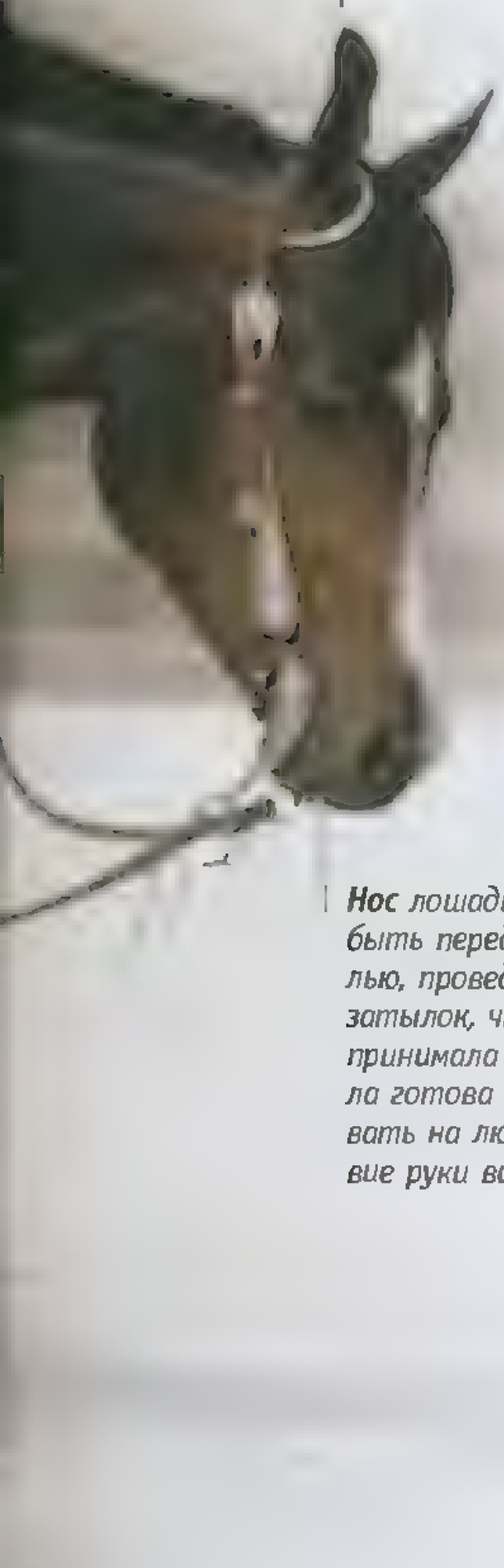
СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

Представьте, что вы едете на машине с выключенной передачей на скорости 10 км/ч и пытаетесь резко повернуть. Машина потеряет скорость, и повернуть будет затруднительно. То же относится и к лошади. Внутренняя энергия лошади, возникающая в её задней части, даёт ей импульс на любом аллюре и помогает выполнить команду.

2 ДВИГАЙТЕСЬ ШАГОМ

Не давайте лошади волочить ноги посылом шенкелями. Не сжимайте бока лошади постоянно – от этого снижается чувствительность, и лошадь хуже реагирует на шенкель.

***Уши лошади** должны быть на уровне холки*



***Нос** лошади должен быть перед вертикалью, проведенной через затылок, чтобы она принимала повод и была готова отреагировать на любое действие руки всадника.*

ОШИБКИ И ИСПРАВЛЕНИЯ

ОШИБКА	ИСПРАВЛЕНИЕ
Лошадь идёт нервным полушагом-полурысью	Поднимите руку с поводом выше, сохраняя контакт, и опустите её на холку, когда лошадь делает первый шаг. Сидите глубоко в седле, не наклоняйтесь вперёд (если вы сохраняете равновесие, лошадь понимает, что надо идти быстрее) – это увеличит скорость.
За поводом – нос лошади за вертикальной линией	Держите руки над рогом седла и слегка вышлите пятками в ритме шага, чтобы лошадь пошла энергичнее.
Движение на переду – слишком много веса на передней части корпуса	«Поднимите» перёд лошади, двигаясь по кругу, и вышпите на повод внутренним шенкелем у подпруги, а наружным – в 8 см за подпругой. При этом лошадь сдаст в затылке и начнёт активнее работать передом, хорошо подведёт задние ноги под корпус и перенесёт вес на них, облегчив перёд.

ОСТАНОВКА С ШАГА

Качественная остановка очень важна, она показывает уровень подготовки лошади и её реакцию на средства управления. От натягивания поводьев лошадь, выезженная в стиле вестерн, остановится, но выглядеть это будет ужасно.

1 ПОДГОТОВКА К ОСТАНОВКЕ

Во время остановки лошадь должна оставаться расслабленной. Готовясь к остановке, перенесите вес на стремена, оставаясь при этом в седле.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

Если лошадь не останавливается, скажите «нет» (*англ.* «whoa») и направляйте её на ограждение плаца. Если она упорствует, одним поводом поверните её голову к вашей ноге. Так вы направите её по очень маленькому кругу, и она вскоре сама захочет остановиться.



РАССМОТРИТЕ

ОСТАНОВКА С ШАГА

Всадник переносит вес на ягодицы и стремена, прекращая тем самым естественные движения своего корпуса, и слегка натягивает поводья. Затем, когда лошадь спокойно останавливается, он отдаёт повод.





2 ВЫПОЛНИТЕ ОСТАНОВКУ

Держите тело неподвижно, прекратив естественные движения ягодицы и корпуса. Сидите ровно и слегка наберите поводья. Лошадь плавно остановится, она должна ровно встать на четырёх ногах.



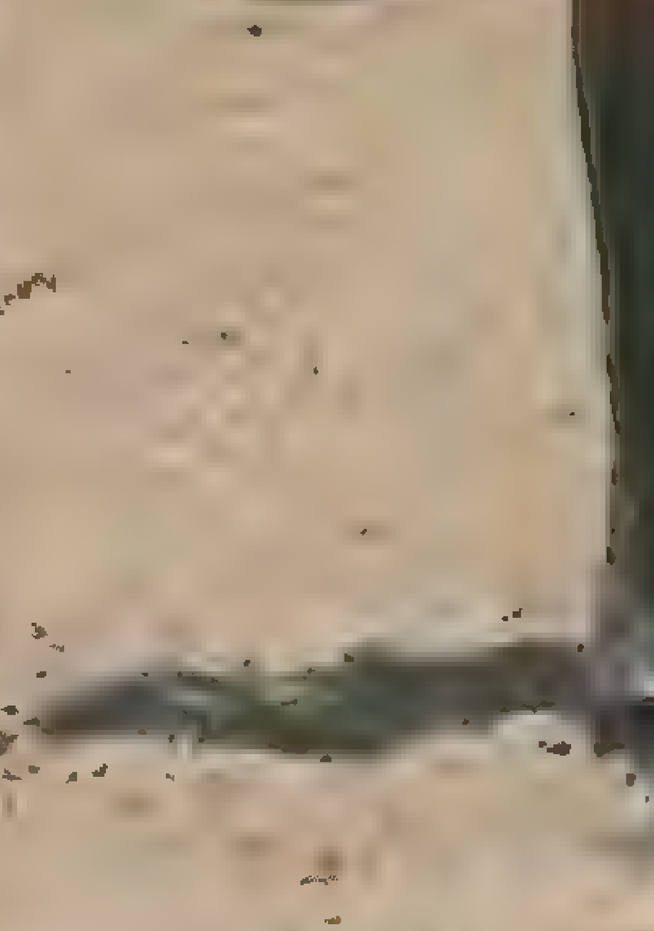
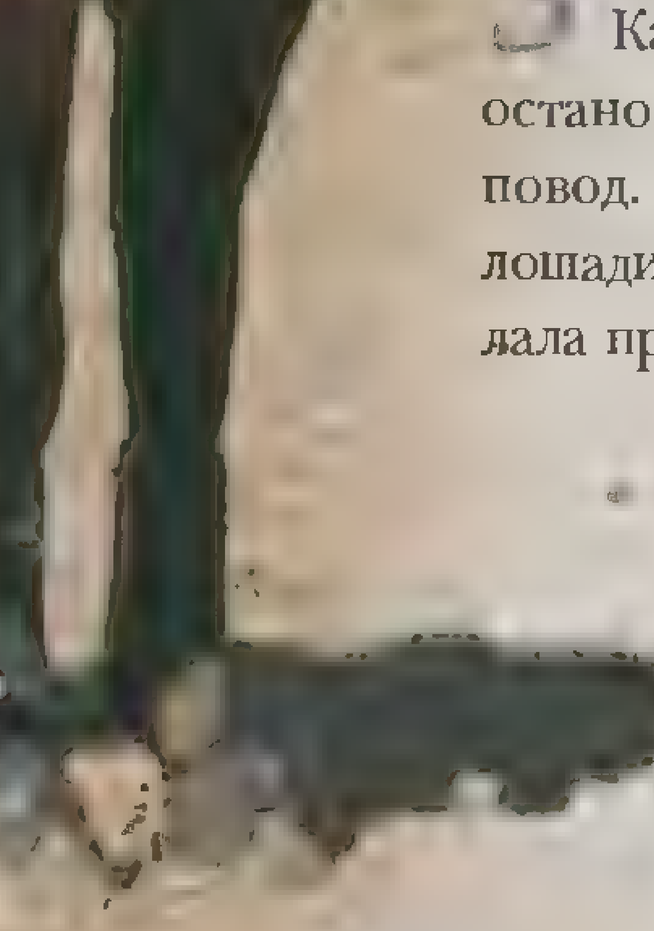
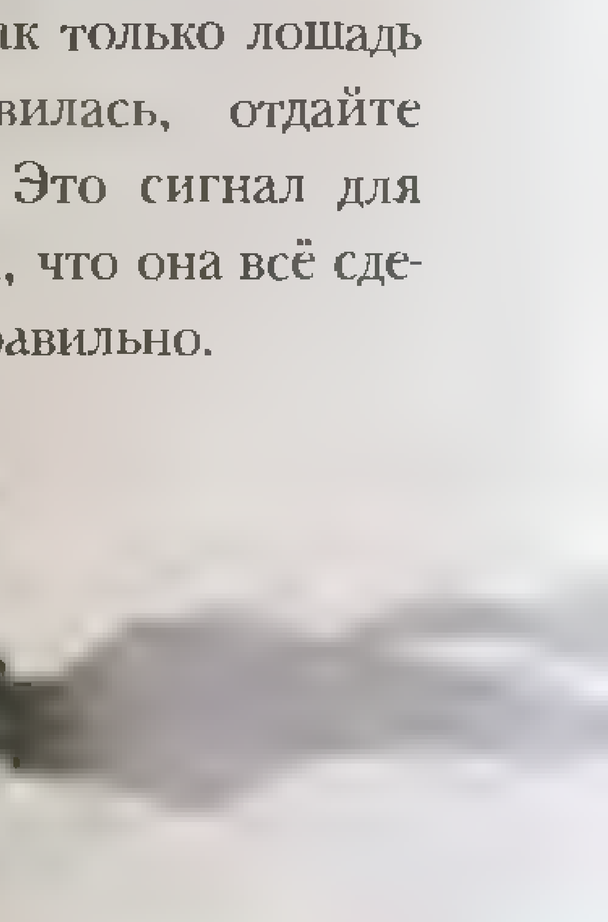
***Держите корпус** ровно и неподвижно*

***Передвиньте** руки [illegible], чтобы [illegible]ь повод*

***Расслабьте** ягодицы и сядьте в седло глубже*

3 ОТДАЙТЕ ПОВОД

Как только лошадь остановилась, отдайте повод. Это сигнал для лошади, что она всё сделала правильно.

ПОВОРОТЫ

Лошадь, выезженная в стиле вестерн, приучена реагировать на очень слабые воздействия свободного повода. Помните об этом, когда управляете ею. Привыкнуть к этому может быть трудно; большинство всадников при опасности хватаются за поводья и тянут их или резко скручивают шею и голову лошади.



Внутренний *шенкель пассивен*

1 НАЧАЛО ПОВОРОТА

Держите руку с поводьями чуть выше и впереди рога седла, сместите её в сторону поворота, не натягивая поводья. Если вы поворачиваете направо, сместите руку направо на 5–8 см.

***Сместите** руку вправо, чтобы левый повод коснулся шеи лошади, показывая ей, что нужно повернуть направо*

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Если лошадь** скручивает шею в сторону, противоположную повороту, активнее работайте рукой и не забывайте про наружный шенкель.
- **Если лошадь** постоянно сопротивляется поводу, слегка отдайте и наберите поводья, чтобы привлечь её внимание.

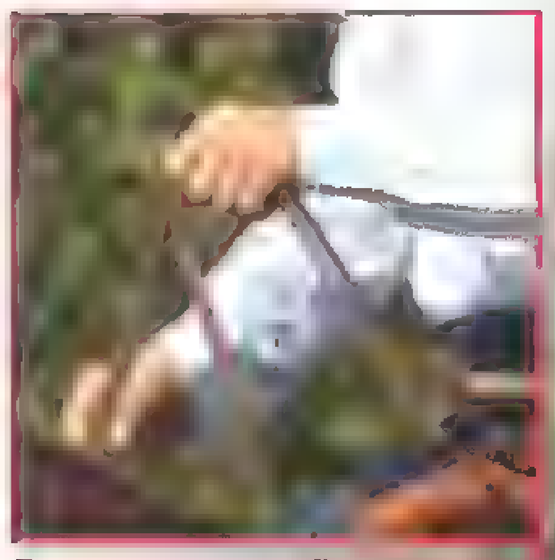
РАССМОТРИТЕ

ПОВОРОТЫ

Всадница смещает руку так, что наружный повод касается шеи лошади, сообщая ей о начале поворота. Посыл наружным шенкелем поддерживает поворот, внутренний шенкель поддерживает сгибание. Всадница поворачивает голову и смотрит в сторону поворота.

2 ПРОДОЛЖАЙТЕ ПОВОРОТ

Наружный повод касается шеи лошади, и лошадь реагирует на малейшее его воздействие. Продолжайте поворот, высылая нажатием наружного шенкеля. Если нужен более сильный посыл, воздействуйте пяткой.



Легко направляйте *лошадь поводом в повороте*

Смотрите *в сторону поворота*

Держите плечи *параллельно плечам лошади*

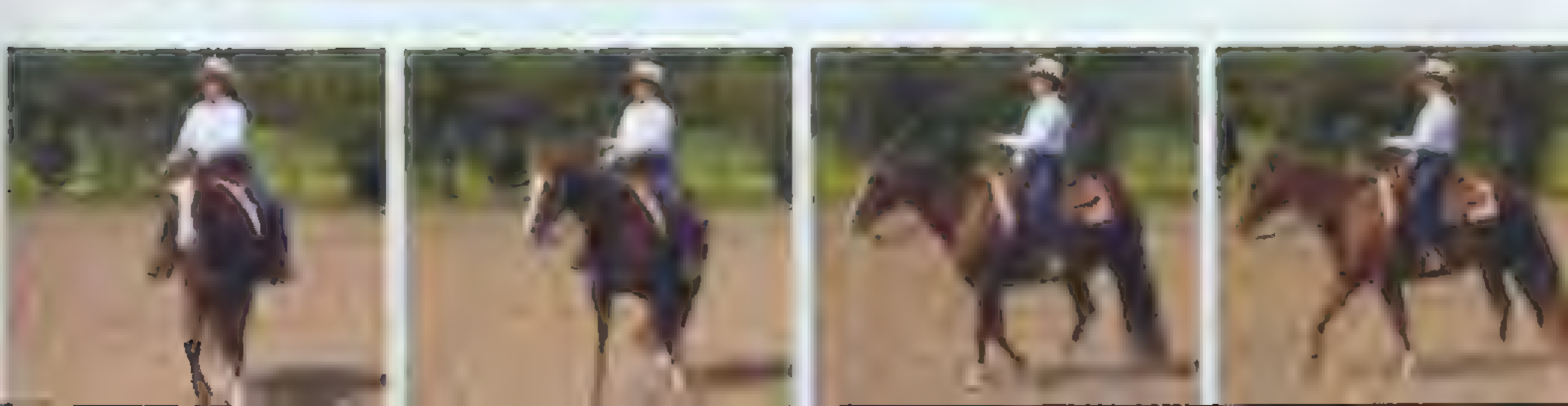
Представьте, *что лошадь сгибается вокруг внутреннего шенкеля*

Наружным *шенкелем сгибайте лошадь*

ТЕХНИКА

НА ТРЕНЗЕЛЬНОМ ОГОЛОВЬЕ

На трензельном оголовье лошадью управляют двумя руками (*см.* с. 220) прямым воздействием поводьев. Давление правого повода означает, что надо повернуть направо, а левого повода – налево. Расстояние между руками должно быть около 10 см. Никогда не натягивайте поводья; вы можете подавать еле заметные сигналы мизинцами.



СПЕШИВАНИЕ

После езды спешьтесь, расседлайте лошадь, выполните необходимые действия по уходу и отпустите погулять. Спешивание несложно, хотя поначалу может быть неудобно. Всё время держите поводья в левой руке, чтобы лошадь не двигалась.



1 БРОСЬТЕ ПРАВОЕ СТРЕМЯ
Перенесите вес на левое стремя и выньте правую ногу из стремени. Возьмитесь левой рукой за рог седла.



2 РАСПРЯМИТЕ ЛЕВУЮ НОГУ
Наклонитесь вперёд, чтобы не упасть и изменением веса не сдвинуть седло. Вытяните правую ногу назад и вверх.



3 ПЕРЕНЕСИТЕ НОГУ
Перенесите правую ногу через спину лошади, не задевая лошадь и заднюю луку седла.



4 ВСТАНЬТЕ НА ЗЕМЛЮ
Поставьте правую ногу на землю. Расстояние от лошади должно быть достаточным, чтобы левая нога не скручивалась.

5 ВСТАНЬТЕ ПРЯМО

Наконец, выньте левую ногу из стремени и встаньте прямо рядом с лошадью. Теперь вы можете перекинуть поводья через шею лошади и вести её.



НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Сразу же** выньте левую ногу из стремени. Если лошадь, испугавшись, двинется, когда нога ещё в стремени, она потащит вас по земле.
- **Не разворачивайте** левую ногу носком к боку лошади, вынимая её из стремени, чтобы не толкнуть лошадь.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Вы можете** предпочесть спешивание соскоком, одновременно касаясь земли двумя ногами. Перенесите правую ногу через круп лошади и опустите её параллельно левой, стоя на левом стремени. Возьмитесь правой рукой за заднюю луку, выньте левую ногу из стремени и соскользните на землю, держа поводья в левой руке.







ДАЛЬНЕЙШЕЕ ОБУЧЕНИЕ

Лошадь, выезженная в стиле вестерн, должна всегда двигаться легко, плавно и ритмично. Аллюры могут быть медленными. но в этом есть смысл – цель вестерна – сделать лошадь приятной в езде при минимальном воздействии всадника. Лошадь должна двигаться равномерными расслабленными аллюрами, сохраняя большой импульс.





РЫСЬ – ДЖОГ (JOG)

Рысь, в сущности, одинакова и в английском стиле, и в вестерне: ноги лошади движутся диагональными парами, но джог – более собранная рысь, с меньшим захватом пространства. Джог удобнее, чем обычная рысь, на неспешной прогулке или при перегоне стада.

1 ПРИЖМИТЕ ШЕНКЕЛЯ

Вышлите лошадь лёгким сжатием и ослаблением шенкелей и пяток. Подключите шлюсс и ягодицы. Руку с поводом поместите вперёд, перед рогом седла.



Держите руку *с поводом перед рогом седла*

Лошадь *идёт медленно, на с импульсом*



Шенкелями *и пятками напомните лошади, что надо двигаться энергично*



2 ПРОДОЛЖАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ

Слегка прижмите пятки к бокам лошади и подайте ступни вперёд, чтобы лошадь могла округлить спину и двигаться в постоянном ритме. Сидите прямо, ягодицы под корпусом. Шенкелями задавайте прямолинейность движения лошади, передние ноги не должны бежать быстрее задних, а задние – волочиться по земле.



***Голова лошади** перпендикулярна земле*

РАССМОТРИТЕ

ДЖОГ

На соревнованиях слишком высокая скорость штрафуется, поэтому лошадь приучают двигаться медленно, с импульсом задних ног; плавным мягким двухтактным аллюром с минимальным сгибанием ног в запястных суставах.









НУЖНО И НЕЛЬЗЯ

- **Не давайте** лошади потерять импульс, идущий от задних ног, иначе она будет идти на переду.
- **Если лошадь** волочит ноги по земле, позвольте ей перейти на обычную рысь и пройдите немного облегчённой рысью, чтобы задать ритм. Продолжайте двигать лошадь вперёд, но поднимите руки, чтобы поднять её голову. Наконец, верните руки в обычное положение и перейдите на джог – теперь лошадь будет двигаться с бóльшим импульсом.

Облегчённая рысь

ГАЛОП – ЛОУП (LOPE)

Лоуп должен быть приятым, ритмичным, расслабленным и плавным. Он напоминает кентер с тремя чёткими ударами копыт, но более собранный. Вы должны помочь лошади галопировать, создавая энергию в задней части, и не сбивать поводом равномерность аллюра.

1 ПОДНИМИТЕ В ГАЛОП

Слегка поднимите поводья, наружным шенкелем поднимите в галоп с нужной ноги и помогите внутренним. Слегка поверните голову лошади внутрь манежа, чтобы вы могли видеть её ресницы.

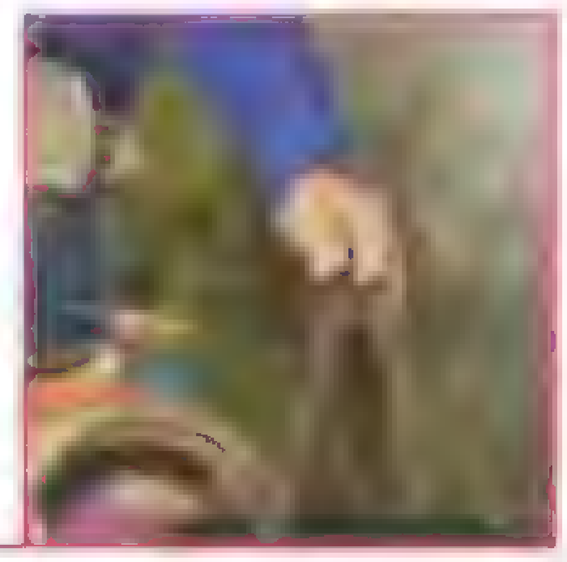
СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- Если лошадь начинает движение четырёхтактным аллюром, возможно, вы просите её двигаться слишком медленно. Поднимите голову лошади и поверните её внутрь, дайте ей восстановить равновесие, удлинив мах. Слегка прижмите шенкеля и поднимите перёд лошади.

Сидите прямо, *чуть глубже, чем обычно, чтобы поднять в галоп*

Лошадь *поднимается в галоп с внутренней задней ноги*

Перенесите *вес на стремено*



Держите руку *с поводом так, чтобы управлять лошадью*

Пусть ваши *ягодицы двигаются вместе с лошадью*

Расслабьте *шенкеля и бёдра*

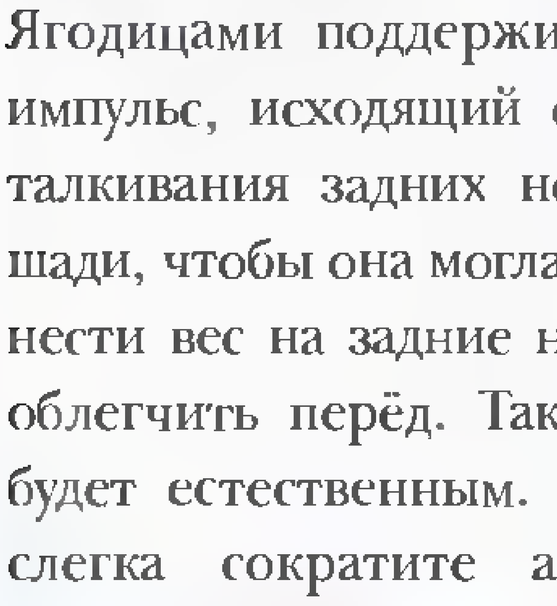
2 СМЯГЧАЙТЕ ДВИЖЕНИЕ

Лоуп – естественное скачкообразное движение, напоминающее игрушечную лошадь-качалку. Смягчайте движение, как на качалке, расслабив бёдра и ягодицы.

Лоуп *– трёхтактный аллюр*

3 ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ИМПУЛЬС

Ягодицами поддерживайте импульс, исходящий от отталкивания задних ног лошади, чтобы она могла перенести вес на задние ноги и облегчить перёд. Так лоуп будет естественным. Затем слегка сократите аллюр, чуть набрав повод.



Поддерживайте *движение шенкелем, чтобы лошадь не напрягалась*

ДВИЖЕНИЕ КАРЬЕРОМ (GALLOP)

Быстрый галоп (карьер) никого не оставляет равнодушным. Вы никогда не забудете ощущение свободы и скорости. Перед тем как переходить к быстрому галопу, вы должны уверенно себя чувствовать на шагу, джоге и лоупе. Когда вы приобретёте уверенность в управлении лошадью и равновесие, можете начинать.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

Если лошадь понесла, сидите прямо и серией коротких натяжений повода попросите её замедлить скорость. Не валитесь вперёд и не сутультесь. Если вы затягиваете повод, лошадь подумает, что надо бежать быстрее.



1 ВЫШЛИТЕ КОРПУСОМ

Сначала поднимите лошадь в лоуп (медленный галоп), затем вышлите корпусом (driving seat), напрягая мышцы живота и сжимая ягодицы и бёдра. Перенесите вес тела вперёд, не слишком наклоняясь назад.

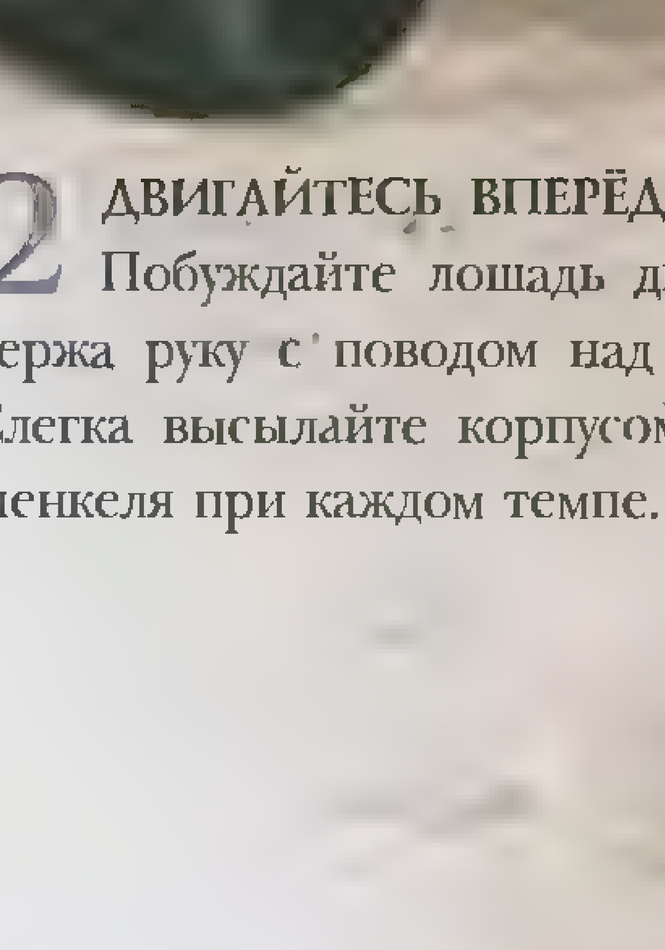
2 ДВИГАЙТЕСЬ ВПЕРЁД

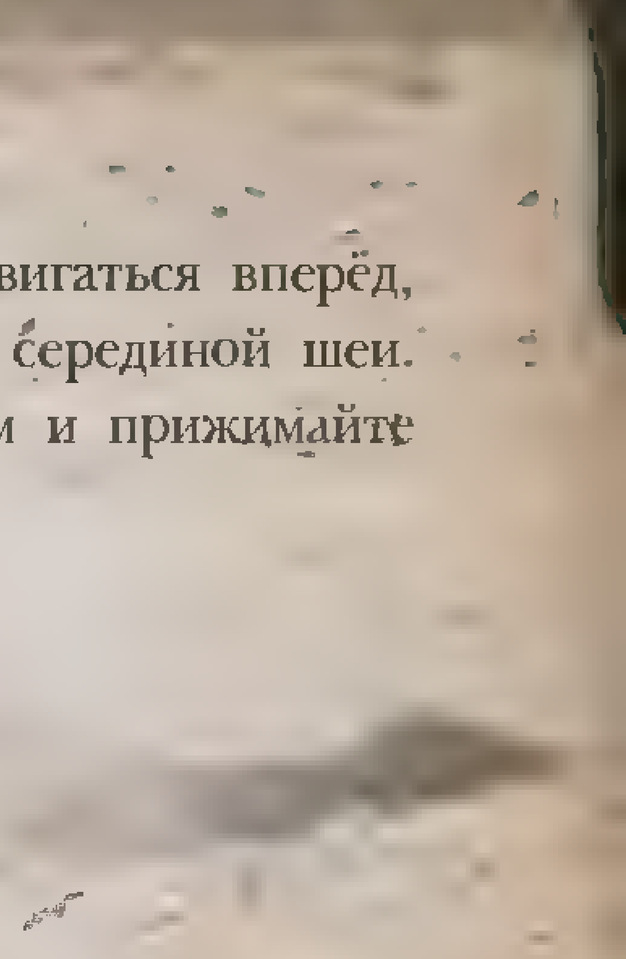
Побуждайте лошадь двигаться вперёд, держа руку с поводом над серединой шеи. Слегка высылайте корпусом и прижимайте шенкеля при каждом темпе.

РАССМОТРИТЕ

ГАЛОП

Чтобы поднять лошадь в галоп, всадник сначала просит лошадь увеличить скорость лоупа. Затем он следует движениям шеи лошади рукой с поводом и наклоняет корпус вперёд, плотно прижав ягодицы к седлу.



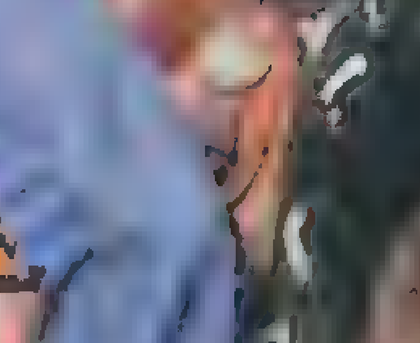




Побуждайте *лошадь двигаться вперёд, отдайте повод, передвинув руку с поводом вперёд*

Держите *корпус чуть вперёд от вертикали*

Лошадь *должна иметь возможнасть вытянуть шею на быстром галопе*



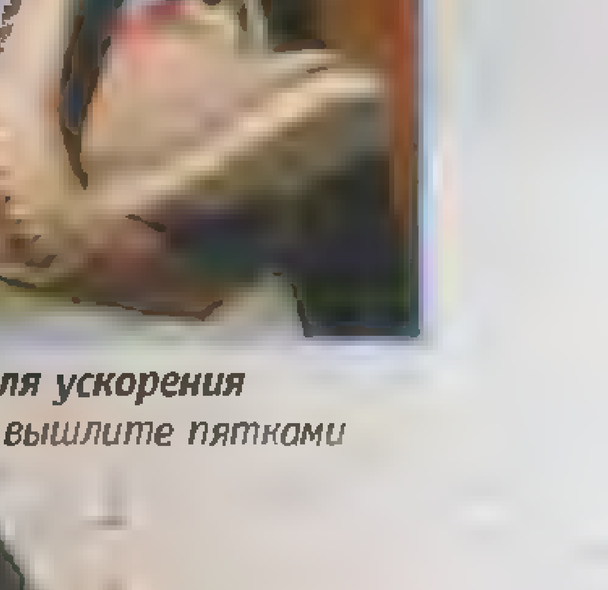


Для ускорения *вышлите пятками*









УСТУПКА ШЕНКЕЛЮ

Уступка шенкелю – это движение вперёд и вбок. Это движение в два следа: добавляется дополнительная цепочка следов, поскольку лошадь идёт по диагонали. Лошадь слегка согнута в сторону, противоположную движению, и одна пара ног движется к другой.

Сидите прямо и в центре седла

1 НАЧНИТЕ СГИБАТЬ ЛОШАДЬ

Сидите глубоко и активно воздействуйте корпусом, чтобы лошадь двигалась вперёд. Начните сгибать лошадь вокруг шенкеля со стороны, противоположной желаемому направлению движения, в данном случае – правого шенкеля. Медленно отведите левый шенкель от бока лошади, усиливая давление правого шенкеля.



***Поводом** усиливайте посыл шенкеля, требуя лёгкого сгибания головы и шеи*



***Отставьте** левый шенкель, если выполняете уступку шенкелю налево*

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Если лошадь** не начинает движение вбок, переместите правый шенкель за подпругу и прижмите сильнее, чтобы лошадь передвигала задние ноги.
- **Если лошадь** поворачивает голову, но не перекрещивает ноги, сильнее воздействуйте правым шенкелем.

2 ПОДДЕРЖИТЕ ДВИЖЕНИЕ ВБОК

Слегка переместите бёдра влево, чтобы не мешать передней части корпуса лошади при движении вперёд и вбок. Прижмите всю правую ногу, шенкель у подпруги, и работайте правой пяткой, если нужно.



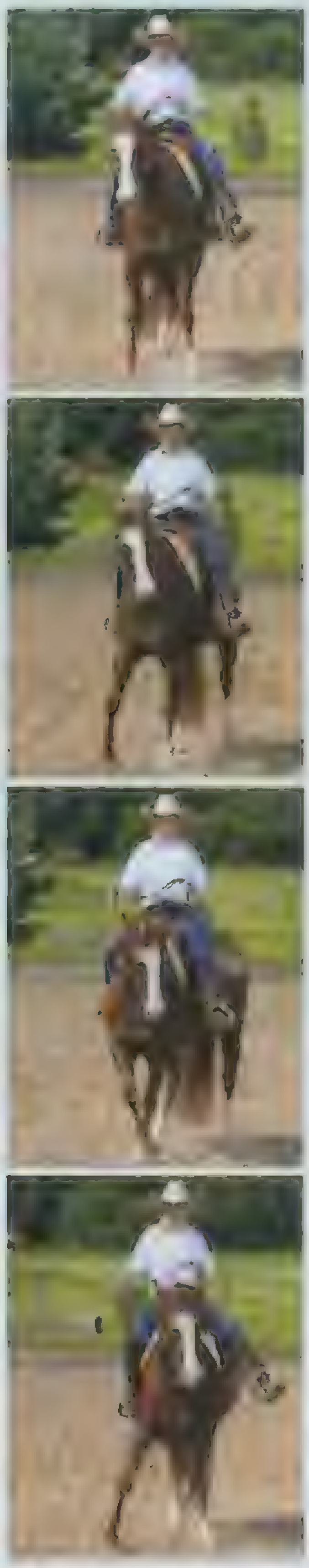
Сидите ровно, *но слегка переместите бёдра в сторону движения*

В начале обучения *держите руки высоко и далеко друг от друга, если вам так удобно, чтобы ваши команды были понятны лошади*

РАССМОТРИТЕ

УСТУПКА ШЕНКЕЛЮ

Лошадь согнута вокруг шенкеля стороны, противоположной направлению движения. Внутренний шенкель у подпруги. наружный – сзади подпруги, чтобы задние ноги перекрещивались.



БОКОВЫЕ ДВИЖЕНИЯ

При сайд-пассе (side-pass) лошадь движется вбок, при этом плечи и круп прямолинейны. Это сложное боковое движение, которое улучшает ваши навыки езды, а также равновесие и форму лошади. Оно также используется на соревнованиях, например в трэйле, когда надо сделать сайд-пасс через бревно или открыть и закрыть ворота.





1 ПОПРОСИТЕ ЛОШАДЬ ИДТИ ВБОК

Начните сайд-пасс с остановки в центре манежа. Равномерно наберите поводья. При движении налево правый шенкель должен быть в нескольких сантиметрах сзади подпруги, прижмите всю ногу, чтобы лошадь двинулась вбок.

2 ПРОДОЛЖАЙТЕ ПОСЫЛЫ

Продолжайте работать правой ногой и, когда лошадь начала движение, уменьшите давление – это награда. Старайтесь сгибать лошадь в сторону, противоположную движению, и наберите повод достаточно, чтобы лошадь не двигалась вперёд.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

Поскольку боковые движения сложны для лошади, если она недостаточно гибкая, она может пытаться уходить от средств управления. В этом случае не надо форсировать события. Прекратите попытки, пошагайте по кругу и по прямой, затем снова попытайтесь выполнить сайд-пасс. Как только лошадь понимает ваши команды, она с бóльшим желанием будет выполнять упражнение.

3 СИДИТЕ ПРЯМО

Сидите ровно, в центре седла. Важно использовать ягодицы, шенкеля и повод при выполнении сложных элементов. Перенесите вес на наружное стремя, чтобы помочь лошади.

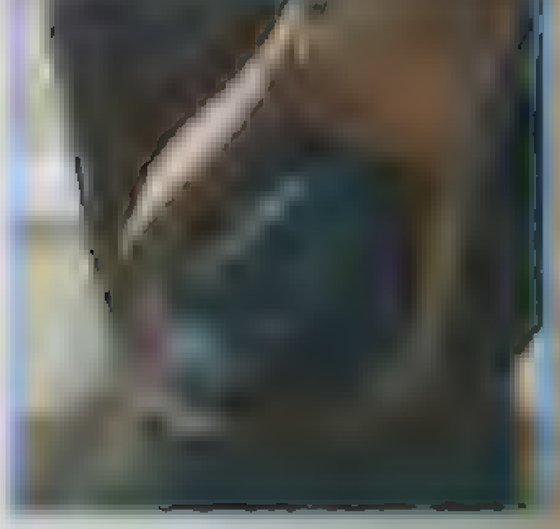


Расслабьте руки, *когда лошадь ответила на посылы и выполнила упражнение*

Шенкелем *воздействуйте на грудную клетку лошади, высылая вбок*

Лошадь *движется вбок*





Работайте *наружной пяткой, если нада выпрямить лошадь*

Наружные ноги *перекрещиваются впереди внутренних*

РЕЙНИНГ

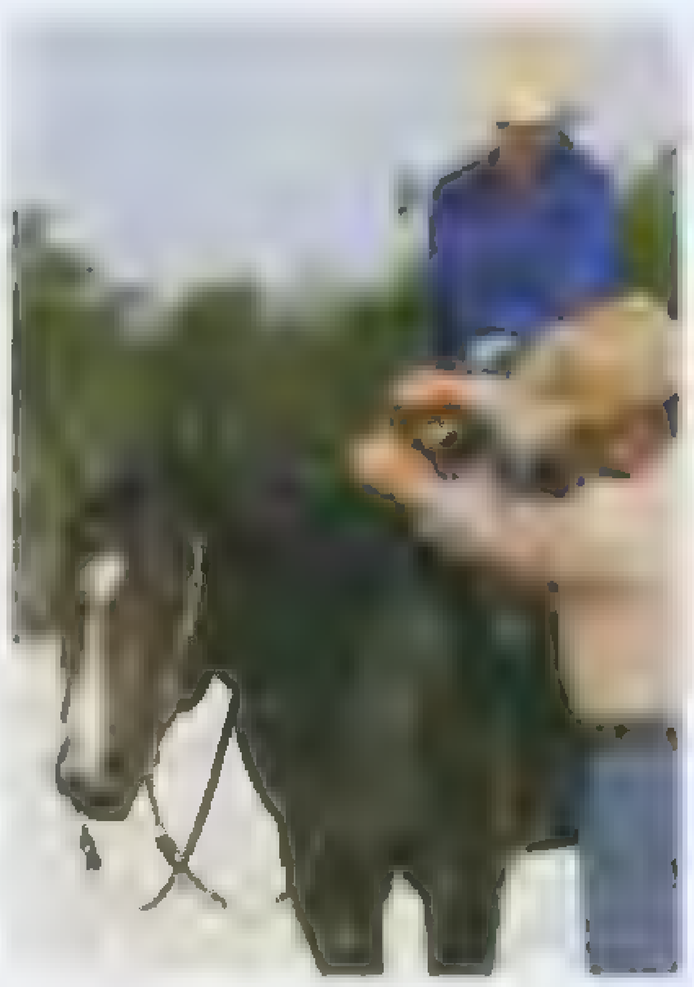
Рейнинг иногда называют «высшей школой» вестерна: лошадь должна выполнять сложные упражнения с быстротой молнии и быть управляемой на всех движениях. Глядя на лучших всадников и лошадей, можно подумать, что они не прикладывают никаких усилий, но на самом деле это сложный вид спорта, которым должны заниматься только опытные спортсмены на подготовленных лошадях.

ЧТО ТАКОЕ РЕЙНИНГ?

Рейнинг, как и другие состязания ковбоев (*см.* с. 304–305) зародился на ранчо. Ковбойская лошадь должна была быть подвижной, предугадывать движения скота и реагировать соответственно. Всадник должен был уметь управлять лошадью минимальными воздействиями, чтобы концентрироваться на своей работе.

ПРОИСХОЖДЕНИЕ РЕЙНИНГА

Рейнинг как спортивная дисциплина происходит от традиционных методов работы ковбоев. На соревнованиях пара лошадь–всадник выполняет определённый паттерн (схему) упражнений, которые напоминают реальную работу на ранчо – лошадь должна выполнить лоуп и ран (run – контролируемый резвый галоп). серию кругов, менки ног, ролл-бэк. спин и остановки.



ПОДГОТОВКА ВСАДНИКА
Развивая навыки рейнинга, работайте с профессионалом на хорошо выезженной лошади.

ЛОШАДЬ ДЛЯ РЕЙНИНГА

При поиске заблудившихся телят, перегоне стада или удерживании тёлки верёвкой – ковбою была нужна послушная лошадь. Соответственно в рейнинге лошадь должна продемонстрировать полное послушание на всех движениях. Посылы должны быть минимальными – лошадь реагирует немедленно и охотно.

Будущие лошади для рейнинга поступают в тренинг иногда в два года. но основной тренинг начинается в 3–4 года. поскольку для выполнения сложных упражнений нужна сила и гибкость.

Когда лошадь выполняет такие движения, как остановка и спин, нужен особый грунт – основание из плотной глины и слой мелкого песка и просеянной глины. Даже на тренировках лошадь должна работать на манеже, который только что боронили.



ГАЛОП В РЕЙНИНГЕ
В рейнинге от лошади требуется большая энергичность, чем в шоу, но смена аллюров должна проходить чётко.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ СПОРТ

В 1966 г. в США была образована Национальная ассоциация рейнинга, чтобы пропагандировать этот вид спорта, организовывать официальные соревнования и разрабатывать правила. Затем Американская ассоциация квотерхосов, ведущая крупнейшую в мире племенную книгу лошадей, также стала организовывать соревнования по рейнингу разных уровней.

В последнее десятилетие популярность рейнинга в мире стремительно растет, и по этому показателю он опережает все виды конного спорта. Он стал первой дисциплиной вестерна, в котором выступает национальная сборная США, и признан ФЕИ (Fйdйration Equestre Internationale – Международная федерация конного спорта). Рейнинг дебютировал на Всемирных конных играх в Хересе, в Испании, в 2002 г., когда соревновались команды из 9 стран: США, Канады, Италии, Великобритании, Германии, Бразилии, Австрии. Японии и Швейцарии. Также участвовали всадники из Нидерландов и Франции. Медали завоевали команды США, Канады и Италии.

ТРЕНИРОВКА ЛОШАДИ

Потребуется много терпения, пока лошадь сможет выполнять сложные упражнения, такие как менка ног, остановка и спин.

***Лошадь** должна всегда выглядеть расслабленной и уверенной*

***Вся работа** в рейнинге выполняется на свободном поводу*

МЕНКА НОГ

В паттернах рейнинга (*см.* с. 296–297) может потребоваться выполнение менки ног на кругах, когда лошадь меняет ведущую ногу на лоупе и начинает круг в противоположную сторону. Она не должна изменять аллюр или его скорость, ногу необходимо менять строго в указанной точке. Лошадь не должна сразу же выполнять следующую менку или менять ногу до команды всадника.



1 СОХРАНЯЙТЕ РОВНЫЙ КОНТАКТ

Чтобы выполнить менку ног на кругу при перемене направления справа налево, держите поводья равномерно натянутыми. Вышлите шлюссом.

2 ВЫШЛИТЕ ЗАДНЮЮ ЧАСТЬ ЛОШАДИ

Внутренним шенкелем (теперь это левый) у подпруги удерживайте лошадь от чрезмерного сгибания или изменения формы круга. Наружным шенкелем вышлите заднюю часть лошади, как при начале уступки шенкелю, и поднимите руки.

РАССМОТРИТЕ

МЕНКА НОГ

Менка ног начинается от задних ног лошади. Во время менки ног лошадь меняет ведущую ногу в середине фазы подвисания, передвигая ноги латерально.

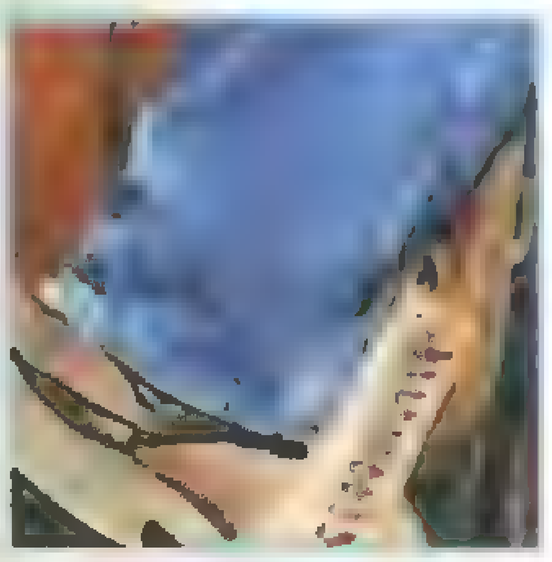


Сидите центрированна *и прямо, седалище плотно прижато к седлу, чтобы выслать лошадь вперёд*



Держите руки *спокойно и низко, чуть выше рога седла*

Лошадь *меняет направление в ту сторону, куда оно согнута, и начинает новый круг*



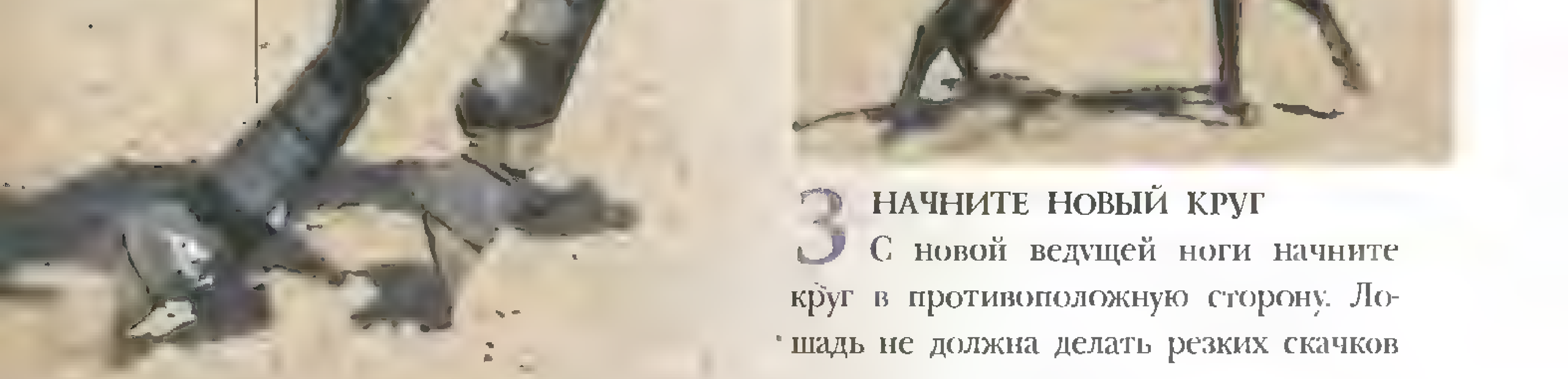
Вышлите *лошадь внутренним шенкелем, чтобы помочь ей сменить ногу*

Лошадь *меняет ведущую ногу в момент подвисания*



3 НАЧНИТЕ НОВЫЙ КРУГ

С новой ведущей ноги начните круг в противоположную сторону. Лошадь не должна делать резких скачков или изменять темп.



СКОЛЬЗЯЩАЯ ОСТАНОВКА

Скользящая остановка (слайдинг стоп – sliding stop) – характерный, но сложный элемент, который могут выполнять только опытные всадники. Лошадь движется по прямой, ускоряясь из лоупа в галоп, набирает скорость, а затем резко останавливается, скользя на задних ногах.



1 УВЕЛИЧЬТЕ СКОРОСТЬ

Для выполнения скользящей остановки необходим импульс, чтобы лошадь подняла перед и как бы села на круп, поэтому сначала нужно увеличить скорость. Затем замедляйте и начните скольжение, прекратив все посылы корпусом и немедленно расслабленно опустившись в стремена.

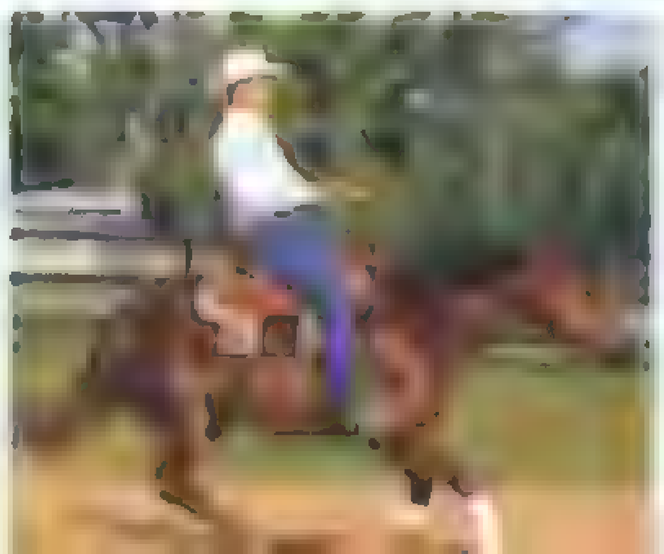
2 ПЕРЕНЕСИТЕ ВЕС ВНИЗ

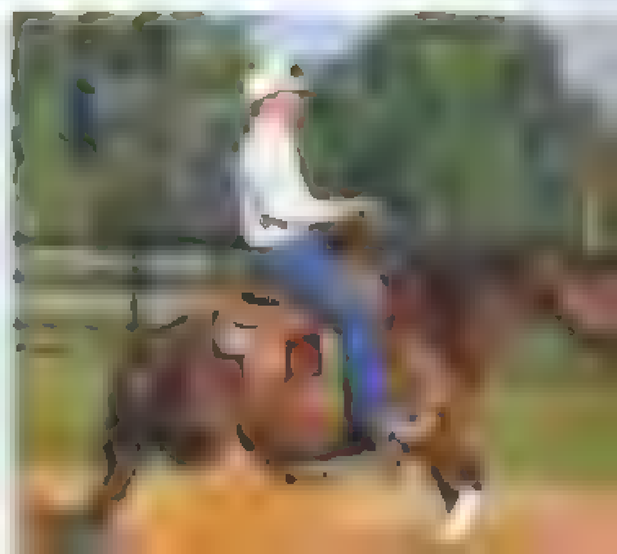
Сидите уравновешенно и лишь слегка вышлите шлюссом вперёд. Держите спину ровно, чтобы не влиять на равновесие лошади. Натягивать повод не нужно, баллы на соревнованиях за это не дают.

РАССМОТРИТЕ

СКОЛЬЗЯЩАЯ ОСТАНОВКА

Лошадь подводит зад, опускает круп, округляет спину и подводит задние ноги, как бы садясь на скакательные суставы. Она скользит 3–6 м до полной остановки расслабленно и не двигаясь.





СНАРЯЖЕНИЕ

ПОДКОВЫ ДЛЯ СКОЛЬЖЕНИЯ

Лошадь для рейнинга подковывают на особые широкие плоские подковы (sliding plate), облегчающие скольжение. Верхний слой песчаного плаца должен быть песчаным и рыхлым, чтобы копыта лошади неглубоко утопали в грунте, иначе лошадь не сможет скользить правильно.



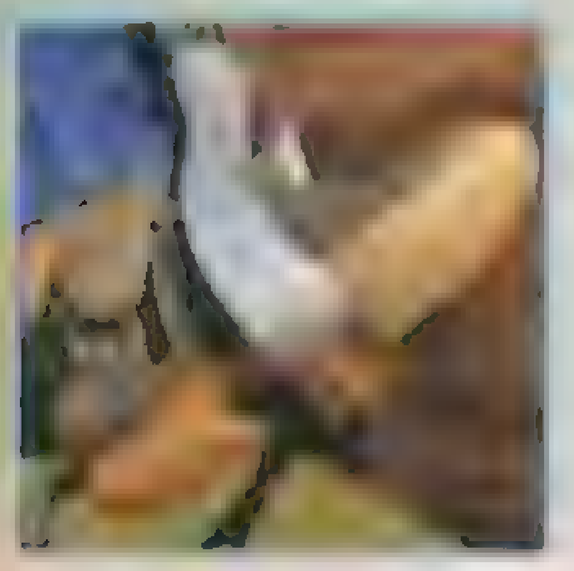
Плоские подковы для рейнинга

***Вы иногда** можете сказать «воу» (whoa) или «нет», чтобы направить лошадь*

***Сидите прямо,** чтобы не нарушить равновесия лошади*

***Перед лошади** поднимается при скальжении*

***Отдайте поводья** и не натягивайте их во время скольжения*



***Перенесите вес** на стремена и держите пятки вниз*

***Лошадь** всё ещё в движении, передние ноги двигаются в ритме лоупа*



РОЛЛ-БЭК (ROLL-BACK)

Ролл-бэк – это поворот на 180° одним плавным движением без задержек. Обычно он выполняется после остановки. Лошадь делает скользящую остановку по прямой, затем разворачивает перед в противоположную сторону, выгибается, толкается внутренней задней ногой и начинает лоуп в новом направлении.



1 «WHOA»

За один темп до точки остановки попросите лошадь сделать ролл-бэк, сказав «whoa», чтобы она перенесла вес на заднюю часть.



***Прижмите** наружный повод к шее лошади, не натягивая его*

***На повороте** лошадь переносит вес на задние ноги*

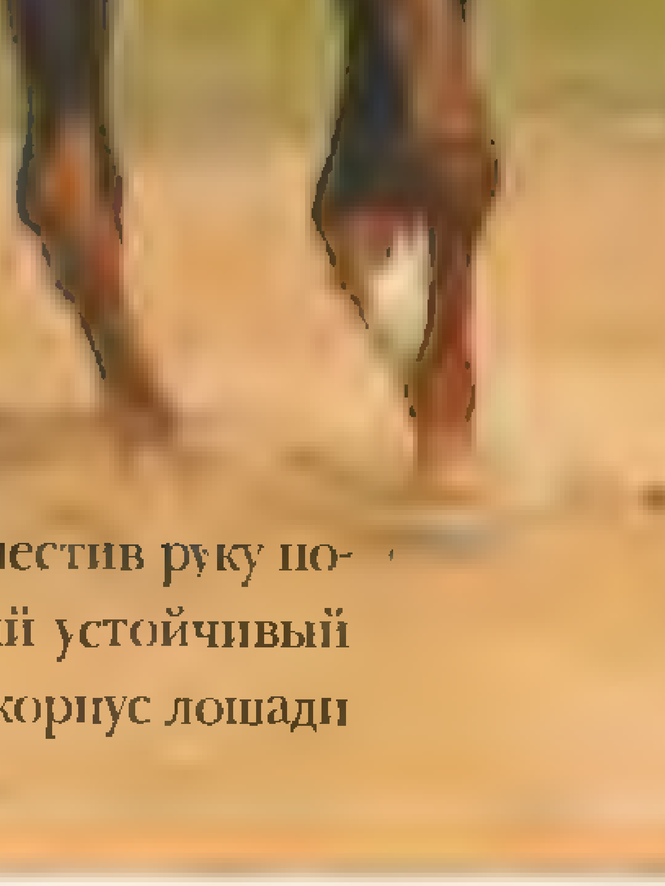
2 ОТКРОЙТЕ ПОВОД

Перед остановкой начните поворот, сместив руку поводом в сторону поворота, сохраняя ровный устойчивый контакт. Наружным шенкелем направляйте корпус лошади вслед за её носом во время поворота

РАССМОТРИТЕ

РОЛЛ-БЭК

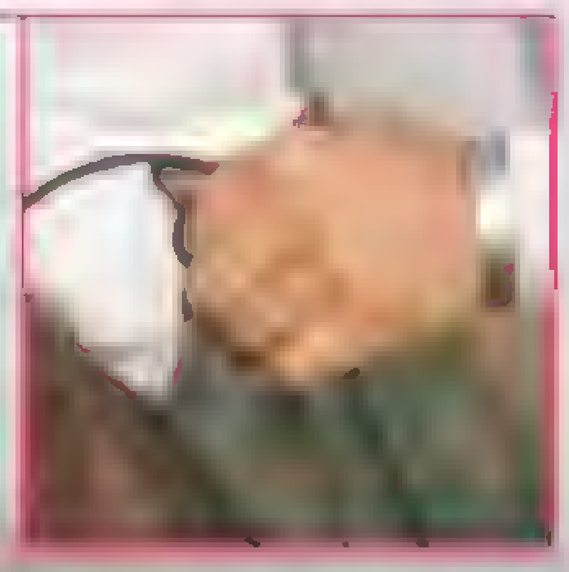
Ролл-бэк – сложное упражнение. Внутренняя задняя нога подведена глубоко под корпус и служит осью поворота, вокруг которой движутся плечи лошади. Передние ноги перекрещиваются, не соприкасаясь.





3 ОТДАЙТЕ ПОВОДЬЯ

Как только лошадь прошла половину поворота, отдайте повод, позволив ей самой завершить его. Слишком большое натяжение повода ограничивает и замедляет поворот, гянет лошадь в противоположную сторону.



***Держите** наружный повод низка и свободно во время поворота*









ВРАЩЕНИЕ

Вращение (спин – spin) – одно из самых эффектных упражнений рейнинга, но оно сложно в исполнении и под силу только опытным лошадям и всадникам. Лошадь как бы вкручивает внутреннюю заднюю ногу в грунт и выполняет вокруг неё серию быстрых поворотов на 360°. Затем, после некоторого числа оборотов, она встаёт как вкопанная точно в месте начала упражнения.



1 НАЧИНАЕМ ВРАЩЕНИЕ

Слегка отклонитесь назад. Плотно прижмите наружный шенкель к боку лошади. Чтобы начать и продолжить спин, прижимайте наружный шенкель. Внутренний шенкель отведите от бока о

Внутренняя передняя *нога делает первый шаг*

Внутренняя задняя *нога служит осью вращения*

РАССМОТРИТЕ

СПИН

Лошадь поворачивается вокруг своей оси, ровно держа спину. Скорость генерируется работой наружной задней и передних ног. Все обороты должны выполняться строго в одной точке, задние ноги работают как якорь.



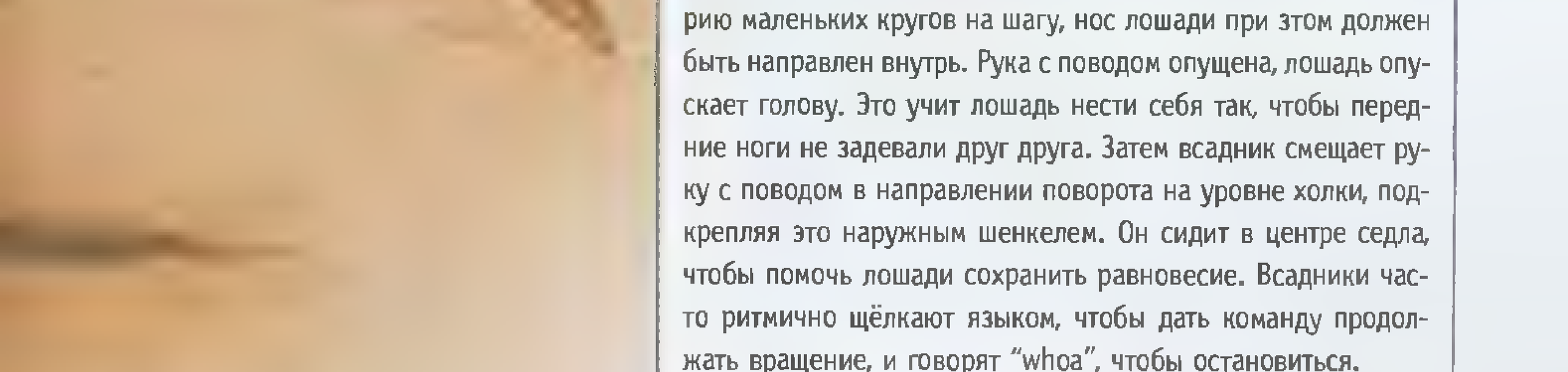
2 ПРОДОЛЖАЕМ ВРАЩЕНИЕ

Как только лошадь начала вращение, прижмите наружные повод и шенкель, если необходимо напомнить лошади о продолжении вращения. Чтобы завершить упражнение, верните шенкеля, руки и корпус в начальное положение и скажите "Whoa" или «нет». Лошадь должна остановиться как вкопанная.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

ОБУЧЕНИЕ ЛОШАДИ

Всадник учит лошадь выполнять спин, сначала выполняя серию маленьких кругов на шагу, нос лошади при этом должен быть направлен внутрь. Рука с поводом опущена, лошадь опускает голову. Это учит лошадь нести себя так, чтобы передние ноги не задевали друг друга. Затем всадник смещает руку с поводом в направлении поворота на уровне холки, подкрепляя это наружным шенкелем. Он сидит в центре седла, чтобы помочь лошади сохранить равновесие. Всадники часто ритмично щёлкают языком, чтобы дать команду продолжать вращение, и говорят "whoa", чтобы остановиться.



ОСАЖИВАНИЕ

Выполняя осаживание (бэк-ап – back-up), лошадь показывает выезженность и послушание. В большинстве паттернов лошадь осаживает по прямой на расстояние не менее 3 м. При правильном выполнении лошадь переносит вес на задние ноги, округляет спину и опускает круп, быстро двигаясь назад.

1 ПРИЖМИТЕ ШЕНКЕЛЯ

Для начала осаживания слегка наберите поводья и равномерно сожмите бока лошади шенкелями. Шенкеля сообщают лошади энергию, а рука запрещает движение вперёд, поэтому лошадь осаживает.



***Сохраняйте** постоянный контакт поводом, но не действуйте жёстко*

***Плавно** наберите поводья*

***Лошадь** послушно опускает голову, двигаясь назад*

***Сидите** в седле ровно*

***Лошадь** осаживает быстро, не волочит ноги*



2 ПРОДОЛЖАЙТЕ ОСАЖИВАНИЕ

Как только лошадь начала осаживать, можно ослабить воздействие повода, но продолжайте активно работать шенкелями. Прекращение воздействия шенкелей – сигнал для лошади к прекращению осаживания.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Если лошадь** не осаживает, прекратите посылы и начните снова, на этот раз сильнее работая шенкелями.
- **Если лошадь** осаживает не прямолинейно, выровняйте её шенкелем той стороны, куда она отклоняется.
- **Не натягивайте** поводья и не «пилите» ими рот лошади – чтобы уйти от давления, она лишь поднимет голову.
- **Давайте максимально** слабые посылы для начала осаживания. Жёсткая работа руки пугает лошадь, и она может сопротивляться и осаживать слишком быстро, что неправильно, на соревнованиях за это снижают баллы.
- **Чтобы остановиться,** ослабьте воздействие повода и шенкеля и позвольте лошади спокойно остановиться самой.

РАССМОТРИТЕ

БЭК-АП

Чтобы выполнить бэк-ап, лошадь сначала поднимает перёд. Затем она переносит вес на заднюю часть и начинает движение задними ногами. Затем она переступает передними. Она должна сделать несколько шагов назад по прямой, не волочить ноги и не менять направление.



СОРЕВНОВАНИЯ

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП

К соревнованиям можно относиться серьёзно или не очень, но в перспективе вы добьётесь успеха, только если и вам, и лошади это нравится. Даже на олимпийском уровне конный спорт сохранил старомодный дух честных соревнований, возможно потому, что у всех всадников единая цель – благополучие лошади.

ПРАВИЛЬНЫЙ СТАРТ

Самые популярные дисциплины – выездка, конкур, троеборье, полевые испытания, шоу, поло и рейнинг. Даты соревнований по этим и множеству других дисциплин можно найти в соответствующих организациях или национальных и местных конных изданиях. Некоторые из них подходят для всех, для других нужны определённые навыки и смелость.

Выбирайте уровень, подходящий и вам, и лошади. Большинство хорошо выезженных лошадей могут участвовать в соревнованиях местного масштаба, но важно, чтобы уровень был по силам обоим. Вам придётся ездить в необычной обстановке, среди множества других лошадей. Такое необычное окружение может возбуждать лошадь, и она будет сложнее в управлении, чем обычно, поэтому вы должны быть уверены, что справитесь. Если возможно, первые несколько раз стартуйте на лошади, которая уже имеет опыт выступлений, и в компании опытного всадника.

ПОЛЕВЫЕ ИСПЫТАНИЯ

Класс новичков с ограничением высоты препятствий – хороший выбор для первого старта.

МЕСТНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Легче всего стартовать в небольшом комплексе с одной площадкой – манежем или полем. Многие соревнования проходят в местных конно-спортивных центрах и клубах и открыты для всех участников. Участие в лёгком классе по выездке, конкуре на чистоту (вы пытаетесь пройти маршрут чисто и не соревнуетесь ни с кем), или участие в шоу – «в руках» или «под всадником» – приятный способ испытать себя или испытать новые ощущения.

ВСТУПЛЕНИЕ В КЛУБ

Если вы регулярно участвуете в соревнованиях, подумайте о вступлении в местный конный клуб. Это даёт вам доступ к различным тренировочным сооружениям и клубным соревнованиям, скидки на взносы на проводимых клубом открытых соревнованиях, и шанс выступать в команде. Часто вас могут попросить о помощи на соревнованиях, это шанс увидеть орга-



ТРЭЙЛ (TRAIL)

Соревнования в стиле вестерн включают трэйл – испытание выезженности и послушания лошади при прохождении маршрута.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Оживлённые трассы** в наши дни делают почти невозможным поездку на соревнования верхом. Однако, если такая возможность есть, это будет хорошей разминкой и отдыхом в конце дня.
- **Лошади** привыкают к путешествию в коневозках, но им нужно время, чтобы приобрести опыт и уверенность.
- **Лучше** съездить на первые несколько стартов с опытным всадником, чем сразу же бежать покупать свою коневозку. Всегда лучше путешествовать с кем-то, чтобы разделить транспортные расходы и помогать друг другу.

низацию соревнований изнутри и приобрести новых друзей-единомышленников.

ЧЛЕНСТВО В ФЕДЕРАЦИЯХ

Всадники, участвующие в серьёзных соревнованиях вне клубного уровня, вскоре осознают необходимость вступления в национальную федерацию по своей дисциплине. Соревнования, проводимые федерацией, открыты только для её членов, соответствуют строгим стандартам и позволяют прогрессировать до высокого международного уровня. Национальные федерации по троеборью, конкуру, выездке, драйвингу, пробегам, рейнингу, вольтижировке и параолимпийскому конному спорту в свою очередь подконтрольны Международной Федерации конного спорта (ФЕИ) со штаб-квартирой в Швейцарии (*см.* с. 337).

КРАСИВАЯ ФОРМА

Хороший внешний вид - важный элемент соревнований. Это демонстрация уважения к организаторам и другим участникам.

ПОДГОТОВКА К СОРЕВНОВАНИЯМ

Как бы хорошо ни выучили вы маршрут или схему, для успешного выступления нужна достаточная физическая и психологическая подготовка. Победа – не главное – если вы знаете, что сделали всё возможное, тогда и полученный опыт будет полезнее и оставит положительное впечатление.

ПОДГОТОВКА

Выступление – это кульминация всех предшествовавших дней работы и тренировок. Вам потребуется немало снаряжения, так что не оставляйте подготовку на последний момент.

Точно знайте, что нужно сделать. Хорошо выучите схему по выездке или убедитесь, что знаете конкурный маршрут: на соревнованиях для новичков, где по прямой стоят несколько небольших препятствий, этого обычно достаточно, но и в данном случае вам дадут возможность предварительно пройти маршрут пешком.

Также важно знать всё о соревнованиях – каковы правила, что оценивают судьи, за что начисляются баллы – и как не потерять их – и как добились успеха другие.

Сделайте заранее всё, что сможете. За день до старта подготовьте свою одежду и снаряжение. Утром в день соревнований вы можете сосредоточиться на лошади, её надо вычистить и, возможно, заплести гриву в косички. Возьмите с запасом время на дорогу, получение номера у секретаря, поиск нужной площадки, если их несколько, и проход маршрута, если нужно. Вам также потребуется время для разминки, особенно если вы везли лошадь в коневозке. Недостаток времени на подготовку заставит вас нервничать, и ваше настроение передастся



ВЫУЧИТЬ ДЕТАЛИ
Для первых стартов арендуйте опытную лошадь и не надейтесь на высокий результат – просто поставьте цель приобрести опыт.



ПЕРЕД СТАРТОМ
Выделите много времени перед стартом для чистки и тщательной проверки лошади. Не забудьте про подковы!

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Возьмите** книгу или кроссворд, чтобы скоротать время. На соревнованиях по троеборью в Бадминтоне в 2005 г. Пиппа Фаннелл призналась, что перед стартом в конкуре, чтобы успокоиться, всю ночь решала судоку.
- **Перед** стартом мысленно пройдите маршрут без ошибки – и сохраните положительный настрой.
- **Найдите** старт и финиш. В конкуре вас могут исключить, если вы не проходите линии старта и финиша или пересекаете их более одного раза.
- **Возьмите** лёгкую сушильную попону, чтобы надеть на лошадь в ожидании старта. В холодную погоду выручит одеяло или тренировочная попона.

лошади. Спокойствие, организованность и обдумывание заранее означает. что вы выйдете на старт с ясной головой и положительным настроем.

ПРАВИЛЬНЫЙ НАСТРОЙ

Успех на соревнованиях высокого уровня требует большого опыта и сильной воли. Чтобы добиваться успеха в конном спорте на любом уровне, нужно упорство, разум и умение осознавать предел своих возможностей и возможностей лошади. Когда вы пытаетесь сделать то, на что вы способны, помогает положительный спокойный настрой. Троеборцы особенно часто прибегают к помощи спортивных психологов.

ПРИБЫТИЕ НА СОРЕВНОВАНИЯ

Приехав на соревнования, сначала позаботьтесь о комфорте лошади, затем уделите несколько минут себе.

ПРОВЕРЬТЕ

ЗА ДЕНЬ ДО СОРЕВНОВАНИЙ

- **Почистите** снаряжение и убедитесь в его хорошем состоянии.
- **Убедитесь,** что ваша одежда чистая и хорошо выглажена.
- **Уточните** время начала соревнований или вашего старта, если вас необходимо разместить (вас могут попросить позвонить за день-два до старта).

В ДЕНЬ СОРЕВНОВАНИЙ

- **Тщательно** вычистите лошадь и, если нужно, заплетите гриву. Не забудьте протереть глаза и нос.
- **Если** вы участвуете более чем в одном классе, запланируйте разминку перед каждым стартом.
- **Возьмите** еду, воду и снаряжение для себя и лошади. Поить и мыть лошадь нужно из разных вёдер.

МЫТЬЁ ЛОШАДИ

Лучший способ содержать лошадь в чистоте – тщательная регулярная чистка. Мыть лошадь перед стрижкой или соревнованиями хорошо, если вы сможете быстро согреть и высушить её, но не мойте её слишком часто. Лошадям, содержащимся на пастбище, нужен естественный жир на коже, защищающий их от непогоды.

1 НАМЫЛЬТЕ ШЕЮ И ГРИВУ

Начните с шеи, хорошо увлажняя шерсть большой губкой. Нанесите шампунь на шерсть или растворите его в ведре. Одновременно вымойте гриву, старайтесь не попасть мылом в глаза и уши лошади.



***Привяжите** лошадь на время мытья*

***Помните** об областях, где лошади щекотно*

***Мойте** лошадь по частям, она не должна быть вся мокрой*

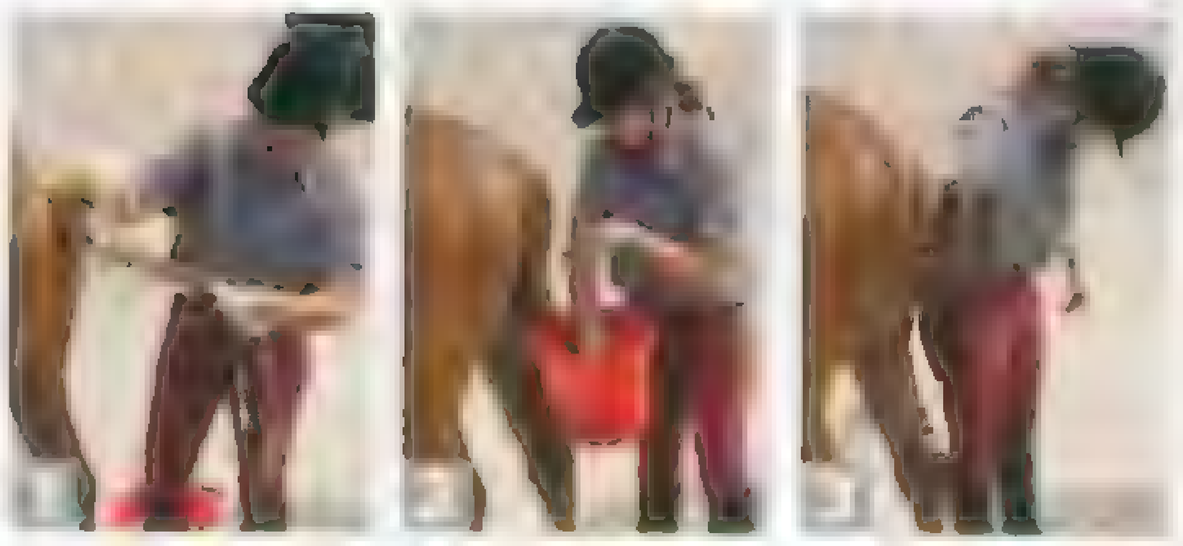
2 ВЫМОЙТЕ КОРПУС

Нанесите шампунь на корпус и ноги лошади. Работайте максимально быстро, чтобы лошадь не простудилась.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

МЫТЬЁ ХВОСТА

Шаг 1. Хорошо намочите хвост и нанесите шампунь. Спокойная лошадь может позволить окунуть большую часть хвоста в ведро, но для его основания понадобится губка. **Шаг 2.** Хорошо смойте шампунь и отожмите воду руками. **Шаг 3.** Держите хвост в нижней части репицы и выжмите нижнюю часть, чтобы хвост быстрее высох.



Намыльте хвост **Промойте в воде** **Отожмите досуха**



3 ВЫМОЙТЕ ГОЛОВУ ЛОШАДИ

Вымойте губкой голову лошади чистой водой, чтобы мыло не попало в глаза, ноздри и уши. Будьте осторожны – некоторым лошадям не нравится вода, стекающая по морде.

Хорошо смойте, *поскольку мыло может раздражать кожу*

Не охлаждайте *чувствительные места, такие как поясница и область почек*



Держите *ведро на разумном расстоянии от ног лошади*

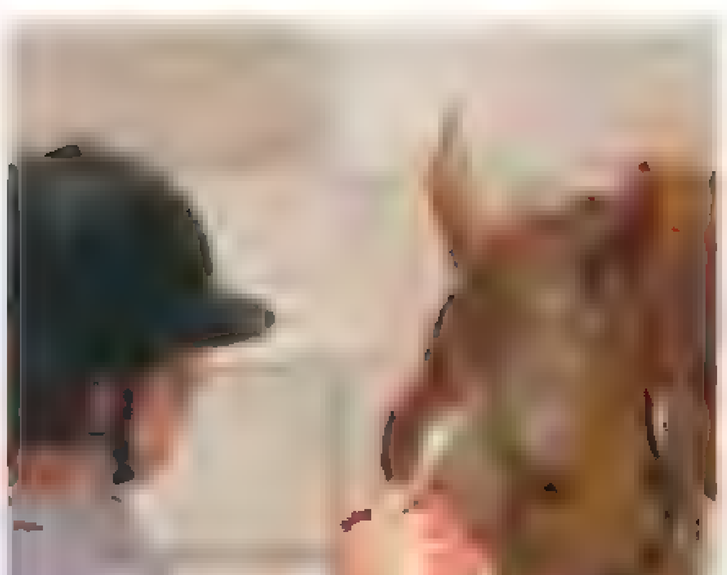
4 ХОРОШО СМОЙТЕ

Чистой водой и губкой хорошо смойте шампунь, уделяя особое внимание сложным областям, таким как низ живота.



5 ИСПОЛЬЗУЙТЕ СКРЕБОК ДЛЯ ПОТА

Удалите лишнюю воду с шеи и корпуса скребком для пота. Затем наденьте на лошадь попону: сушильную или флисовую.



6 ВЫСУШИТЕ ГОЛОВУ ПОЛОТЕНЦЕМ

Осторожно высушите голову лошади полотенцем по направлению роста волос. Высушите полотенцем гриву. Не расчёсывайте мокрую гриву.



7 ВЫСУШИТЕ ПОЛОТЕНЦЕМ НОГИ

Тщательно высушите полотенцем ноги лошади, чтобы предотвратить повреждения кожи, такие как мокрецы и экзема.

ПЛЕТЕНИЕ КОСИЧЕК

Аккуратно заплетённые грива и хвост – последний штрих к хорошему внешнему виду. Заплетание хотя бы гривы в косички обязательно на соревнованиях по выездке, является нормой в некоторых классах шоу, но оно не всегда нужно. Пони местных пород например, демонстрируются со свободными гривами и хвостами.



ЗАПЛЕТЁННАЯ ГРИВА
Хлопок выглядит лучше, но резинки удобнее, если надо быстро расплести гриву.

ЗАПЛЕТАНИЕ ГРИВЫ

Гриву заплетают в основном, чтобы улучшить внешний вид и помочь гриве ложиться на одну сторону шеи лошади. Число косичек не регламентировано, но лучше, чтобы их было нечётное число вдоль гребня шеи плюс одна – чёлка. Грива должна быть ровно подстрижена на разумную длину. Увлажните гриву перед плетением, но не мойте её, иначе она будет скользить в руках.



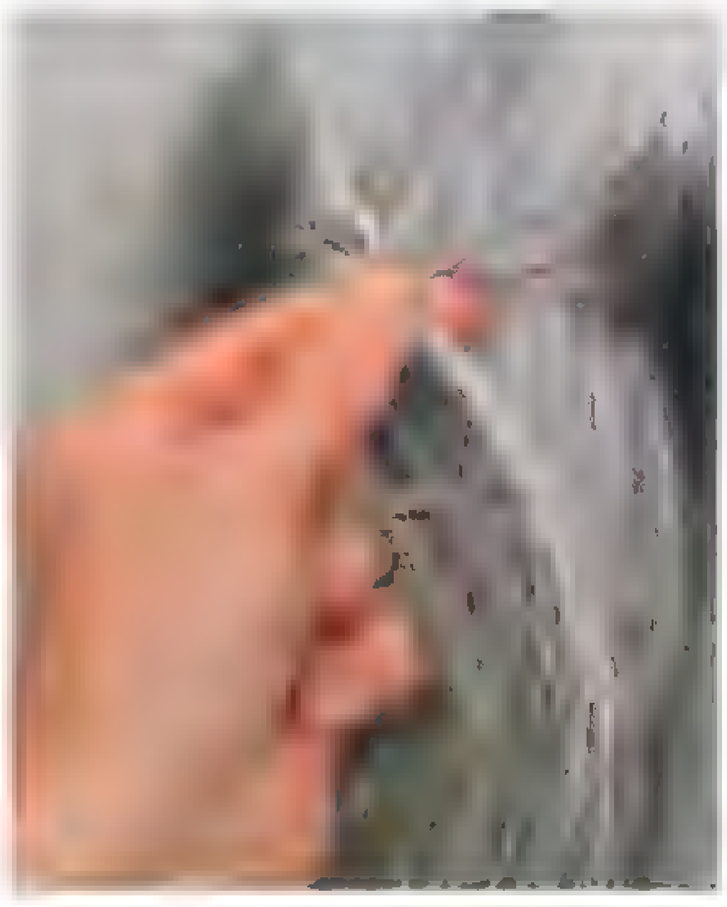
1 РАЗДЕЛИТЕ ПО ТРИ
Разделите гриву на желаемое число одинаковых частей. Начните за ушами, разделите каждую часть на три пучка.



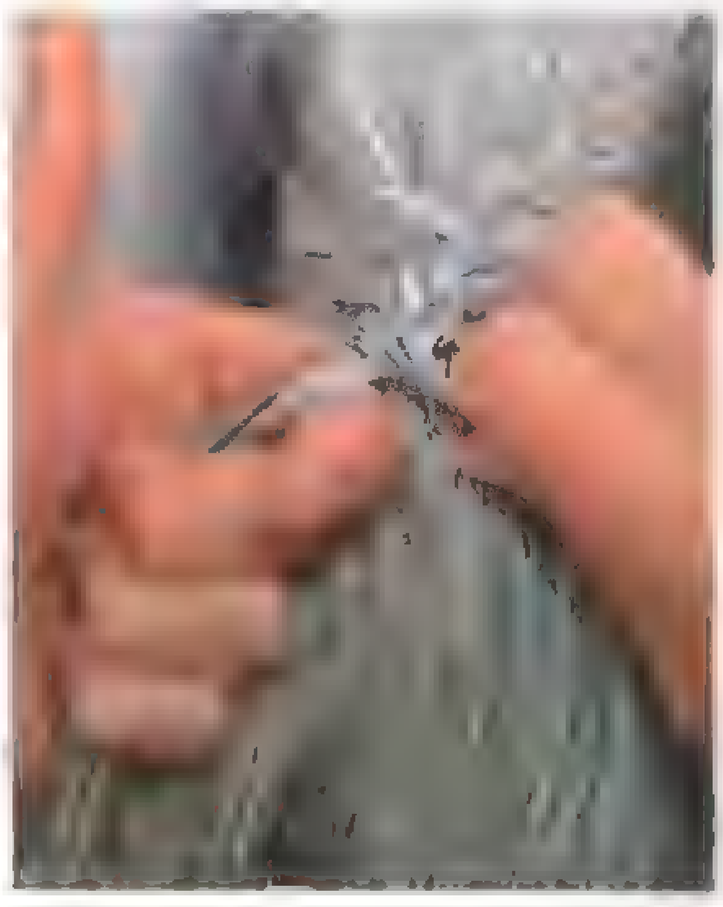
2 ЗАПЛЕТИТЕ ЧАСТЬ
Заплетите часть гривы. Косичка должна быть аккуратной и тугой, чтобы не рассыпаться, но не слишком тугой, чтобы не дёргать волосы.

ЗАПЛЕТАНИЕ ХВОСТА

Густые заплетённые хвосты выглядят превосходно, но только тогда, когда волосы с каждой стороны репицы достаточно длинные. Многие регулярно выступающие всадники предпочитают продёргивать хвосты своих лошадей, а не заплетать их каждый раз. Это подходит для лошадей, хвосты которых не очень густые или не держат косичку, но многим лошадям не нравится. К тому же это довольно трудно, пусть вам поможет специалист.



1 ТРИ ПУЧКА
Увлажните верхнюю половину хвоста щёткой для мытья или губкой. Возьмите три маленьких пучка волос как можно ближе к основанию хвоста, один с одной стороны и два – с другой.



2 НАЧАЛО
Начните заплетать, последовательно присоединяя небольшие пучки волос с каждой стороны. Старайтесь заплетать ровно и туго, но не слишком – не выдёргивайте волосы.

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

УЗОР НА КРУПЕ

Он добавляет эффектный штрих, особенно на шоу, и может подчеркнуть экстерьер лошади. Самые простые узоры – шеврон или «шахматы», которые можно сделать влажной расчёской, работая поочерёдно против и по направлению роста волос. Некоторые всадники подходят к этому с юмором – например, шотландский троеборец Иан Старк часто выступает, украшая крупы своих лошадей национальным символом – чертополохом.



Шахматный узор



3 ЗАКРЕПИТЕ КОСИЧКУ

Закрепите кончик косички с помощью резинки. (Если вы используете иголку и хлопковую нить, вплетите нить в косичку и оберните ею конец косички.)



4 СЛОЖИТЕ КОСИЧКУ

Когда вы заплели все косички, сложите каждую. Подогните её пополам, затем снова, пока сгиб не будет близко к гребню шеи.



5 ЗАКОНЧИТЕ КОСИЧКУ

Закрепите косичку, обернув её несколько раз резинкой. (Если вы используете хлопковую нить, прошейте косичку иголкой снизу вверх.)



3 ПРОДОЛЖАЙТЕ ЗАПЛЕТАТЬ

Заплетите примерно на $^{2}/_{3}$ репицы, прибавляя пучки волос. Затем заплетите все волосы, которые у вас в руках, не добавляя новых.



4 ЗАКРЕПИТЕ ПЕТЛЮ

Закрепите конец косички ниткой или эластичной повязкой под цвет хвоста. Подогните косичку петлёй и хорошо закрепите кончик хлопковой нитью или резинкой.



5 ГОТОВАЯ КОСИЧКА

Расплетите косички в конце дня. Они могут причинять лошади неудобства. возможно, она будет чесать гриву или хвост, что приведёт к выпадению волос.

УХОД ЗА ЛОШАДЬЮ В ВЕСТЕРНЕ

Внешний вид лошади вестерна отражает уровень подготовки всадника, и уходу за лошадью уделяется большое внимание. Участник соревнований, хорошо представивший лошадь, показывает не только свою приверженность спорту, но и сообщает судьям о своём желании победить. Всадники заботятся о сверкающем блеске шерсти лошадей и уделяют внимание даже малейшим деталям.



ГРИВЫ В СТИЛЕ ВЕСТЕРН

В соревнованиях по прогулочной езде (плежэ – pleasure), трэйлу (trail), партнёрству с лошадью (horsemanship) и в других классах (rail classes – движение группы всадников вдоль стенки манежа) (*см.* с. 292) грива лошади должна быть коротко подстрижена и зачёсана направо или налево. Обычно длина гривы около 10 см, её завязывают в пучки. В рабочих дисциплинах, таких как рейнинг. работа с коровами и скоростных состязаниях, гривы не стригут.

БЛЕСТЯЩАЯ ШЕРСТЬ

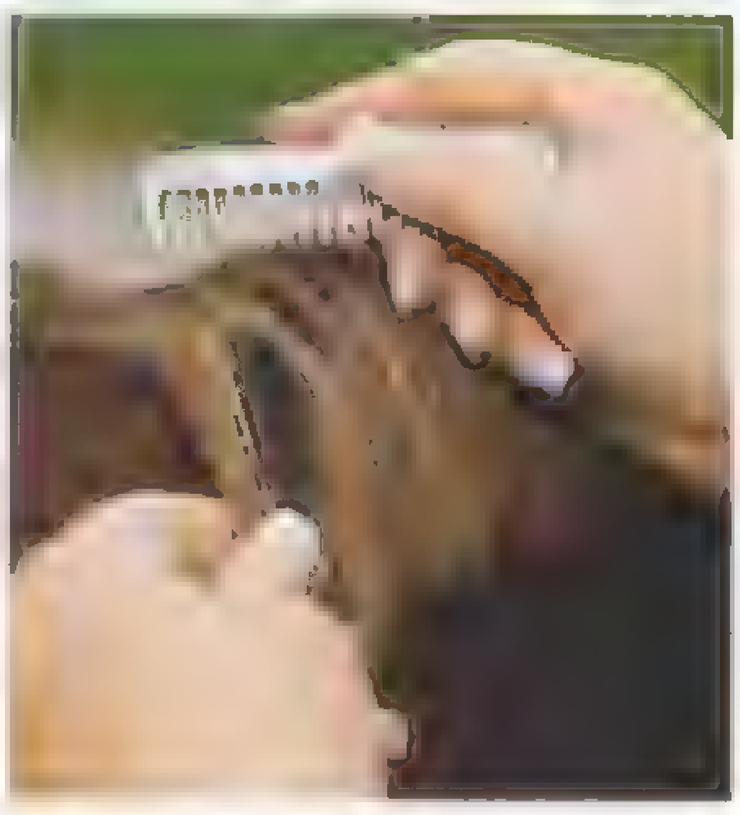
Шерсть лошади вестерна всегда должна быть ухоженной и блестящей. Зимой надевают попоны, чтобы не отрастала длинная зимняя шерсть, и по той же причине во многих конюшнях регулируется продолжительность освещения. Некоторых лошадей стригут в начале сезона – растущая шерсть выглядит ярче, на шерсть распыляют специальные спреи. усиливающие блеск.

УХОД ЗА ХВОСТАМИ

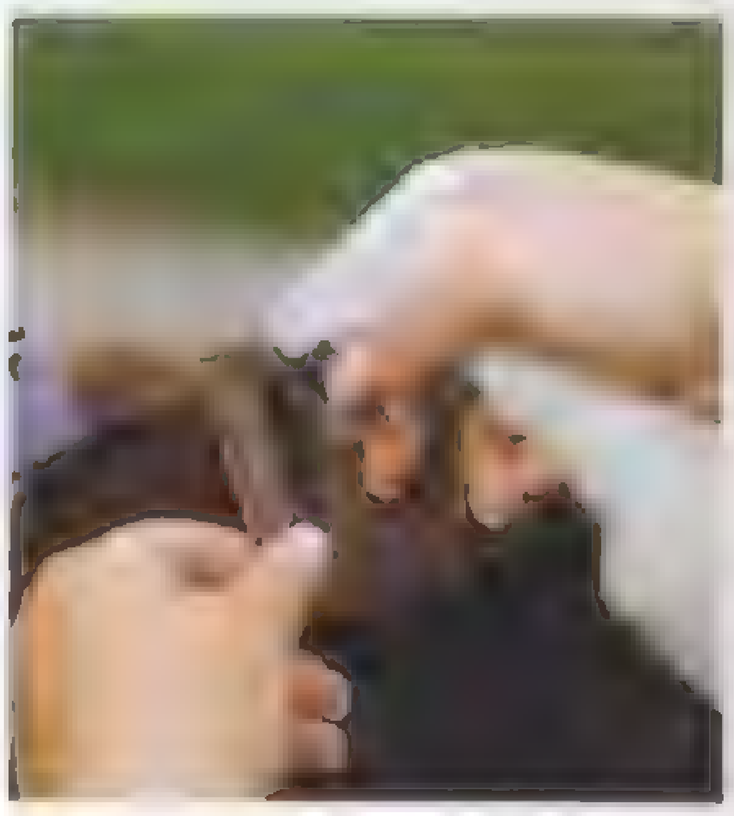
Хвосты лошадей в вестерне ровно подстригают на уровне путовых суставов. Многие владельцы помещают вымытый, обработанный кондиционером, высушенный и заплетённый хвост в чехол, предохраняющий от загрязнений.

ЗАПЛЕТАНИЕ ГРИВЫ

На шоу гривы обычно заплетают в пучки, чтобы силуэт лошади выглядел утончённым. Грива должна быть чистой; вам потребуются специальный мусс для укладки гривы, гребень, зажимы, чтобы закрепить часть гривы, и резинки в цвет гривы. Предварительно подстригите гриву, чтобы она была ровной по всей длине.



1 РАЗДЕЛИТЕ ГРИВУ
Гребнем разделите гриву от корней на пучки по 2,5 см. Хорошо расчешите каждый пучок.



2 УВЛАЖНИТЕ ГРИВУ
Увлажните пучок водой и нанесите мусс для укладки, чтобы с волосами было легче работать.

СТРИЖКА И УХОД ЗА ШЕРСТЬЮ

Шерсть лошади в вестерне всегда до определённой степени подстрижена. Стрижка подчёркивает силуэт лошади, акцентирует достоинства и скрывает недостатки экстерьера. Уши обычно бреют электрической машинкой, чтобы внутри не было видно волос, и длинные чувствительные волосы около глаз и на подбородке обычно полностью удаляют. Горло и голову также бреют очень коротко. Венчики копыт, путовые суставы и белые отметины на ногах обрабатываются особенно тщательно. Необходимо, чтобы после стрижки не оставалось никаких следов, ожогов и повреждений.



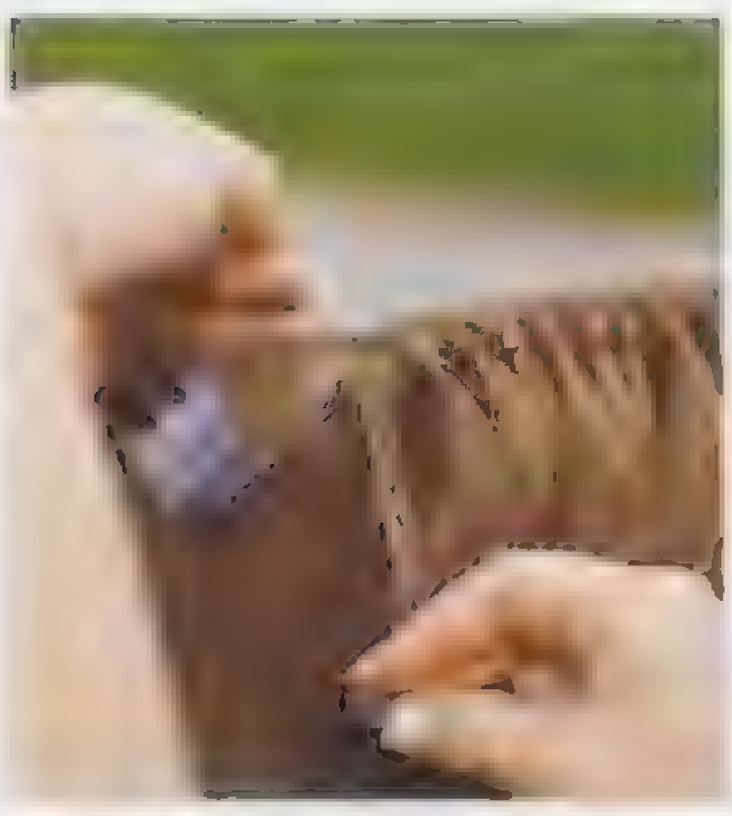
УСИЛИТЬ ЦВЕТ

Для придания сияющей белизны на белые отметины на ногах распыляется толчёный мел. Многие всадники моют лошадей с оттеночными шампунями, усиливающими цвет, некоторые наносят детское масло, чтобы тёмные участки морды смотрелись ярче.



ПОЛОСКА ЗА УШАМИ

Полоска за ушами (bridle path) для затылочного ремня уздечки – выбритый до кожи участок гривы – не должна быть длиннее ушей лошади Она придаёт ухоженный вид в сочетании с бритыми ушами и головой и позволяет гриве лежать плоско.



3 НАЧНИТЕ ЗАВЯЗЫВАТЬ

Завяжите эластичной резинкой пучок гривы. Перекручивая резинку, потяните гриву вниз.



4 ЗАВЯЖИТЕ РЕЗИНКИ

Закручивайте резинку, пока она не будет держаться туго. Затем подтяните резинку к корням волос.



5 ЗАКОНЧИТЕ РАБОТУ

Продолжайте работать по направлению к холке. Обычно получается 35–40 пучков.

ПОЕЗДКА НА СОРЕВНОВАНИЯ

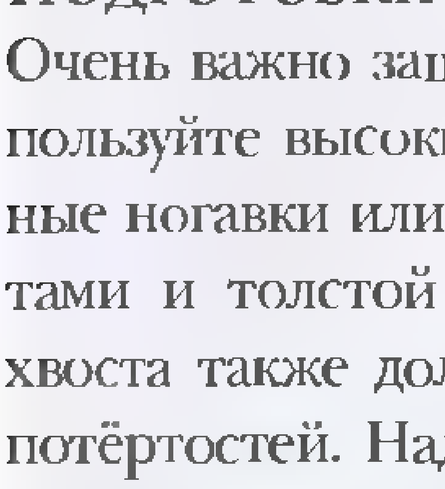
Большинство лошадей быстро привыкают к коневозкам, но отрицательный опыт будет долго нервировать их, поэтому в первую поездку возьмите опытного человека. Коневозка должна быть безопасной и в хорошем состоянии, с высоким потолком для безопасности и чтобы лошадь не чувствовала себя в ловушке.

ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ

Очень важно защитить ноги лошади. Используйте высокие и толстые транспортные ногавки или обычные ногавки с бинтами и толстой подложкой. Основание хвоста также должно быть защищено от потёртостей. Наденьте на лошадь лёгкую впитывающую попону и, если надо, защитите её затылок.

ТРАНСПОРТНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

Защитите ноги и хвост лошади, наденьте на неё кожаный недоуздок и сушильную или флисовую попону.



***Чехол для хвоста** не даёт лошади чесать его основание и выдёргивать волосы*

***Для перевозки** надевайте только кожаный недоуздок*

***Может** понадобиться лёгкая попона*

***Транспортные** ногавки закрывают задние ноги от скакательного сустава до венчика и ниже*

***Транспортные** ногавки закрывают передние ноги от пятки копыта до запястного сустава и выше*

СОВЕТЫ И ТЕХНИКА

БИНТОВАНИЕ ХВОСТА

Тканевой бинт защищает основание хвоста и при этом дешевле специального чехла. Будьте осторожны – чрезмерное натяжение причиняет лошади беспокойство и боль. **Шаг 1.** Начните бинтовать под углом, оставив у основания хвоста кончик длиной несколько сантиметров. Придерживайте хвост сверху и сделайте первый виток под хвостом. **Шаг 2.** Закрепите кончик следующим витком. **Шаг 3.** Бинтуйте до конца репицы. **Шаг 4.** Завяжите завязки, чтобы закрепить бинт. Согните хвост в удобное для лошади положение.



Начните от основания хвоста



Закрепите кончик



Бинтуйте вниз по репице



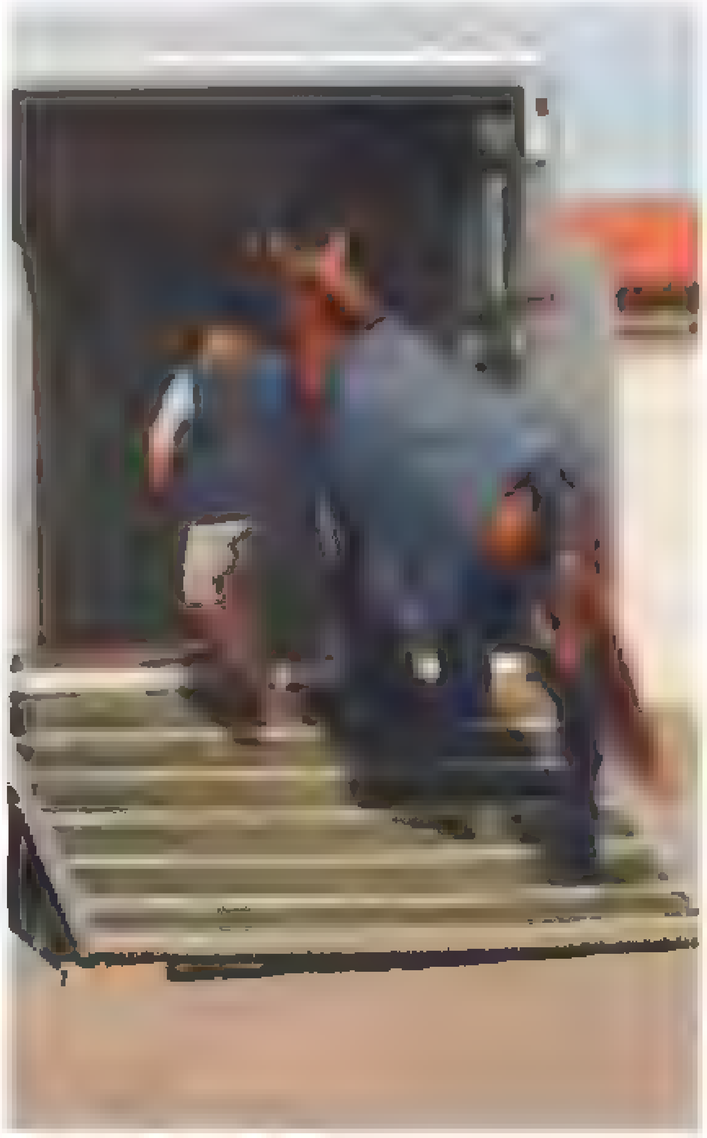
Завяжите завязки бантиком

ПОГРУЗКА ЛОШАДИ

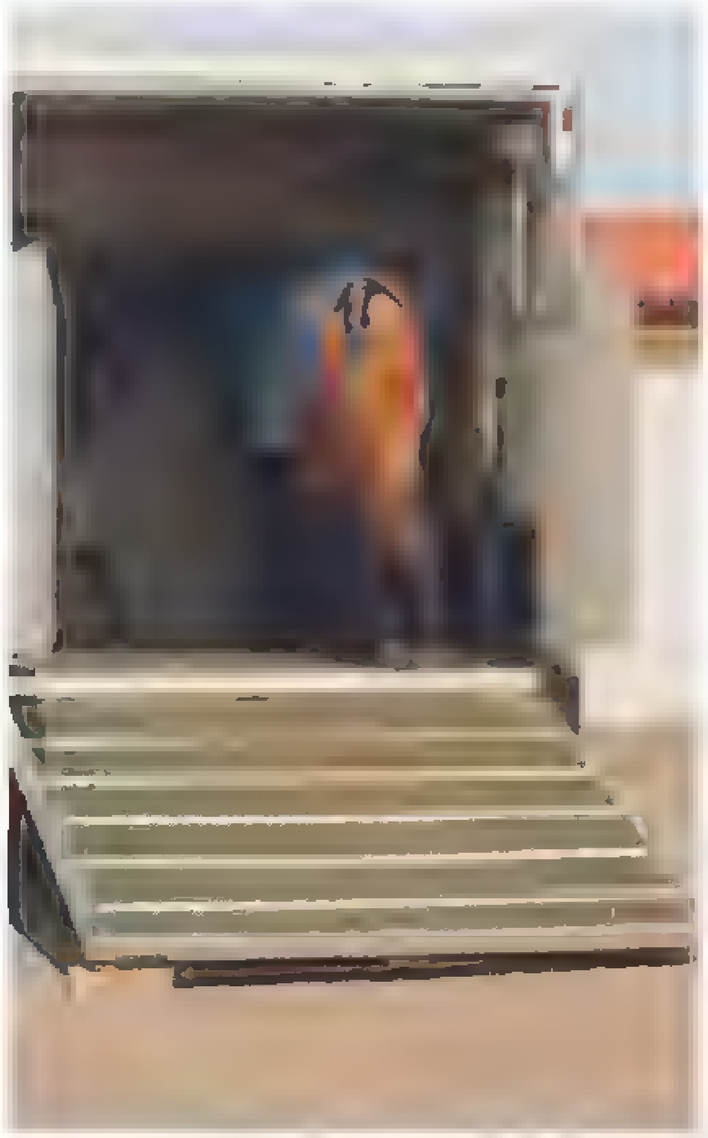
Научитесь заводить лошадь в коневозку спокойно и уверенно. Спешка или срезание углов может привести к травмам, поэтому потратьте время на тщательную подготовку. Сначала погрузите всё снаряжение, затем заводите лошадь, чтобы она не стояла в коневозке без необходимости. Если вы берёте сетку с сеном, закрепите её заранее.



1 ПОДХОДИТЕ ПРЯМО
Подходите к трапу по прямой. Если коневозка припаркована в воротах или между другими машинами, будет легче.



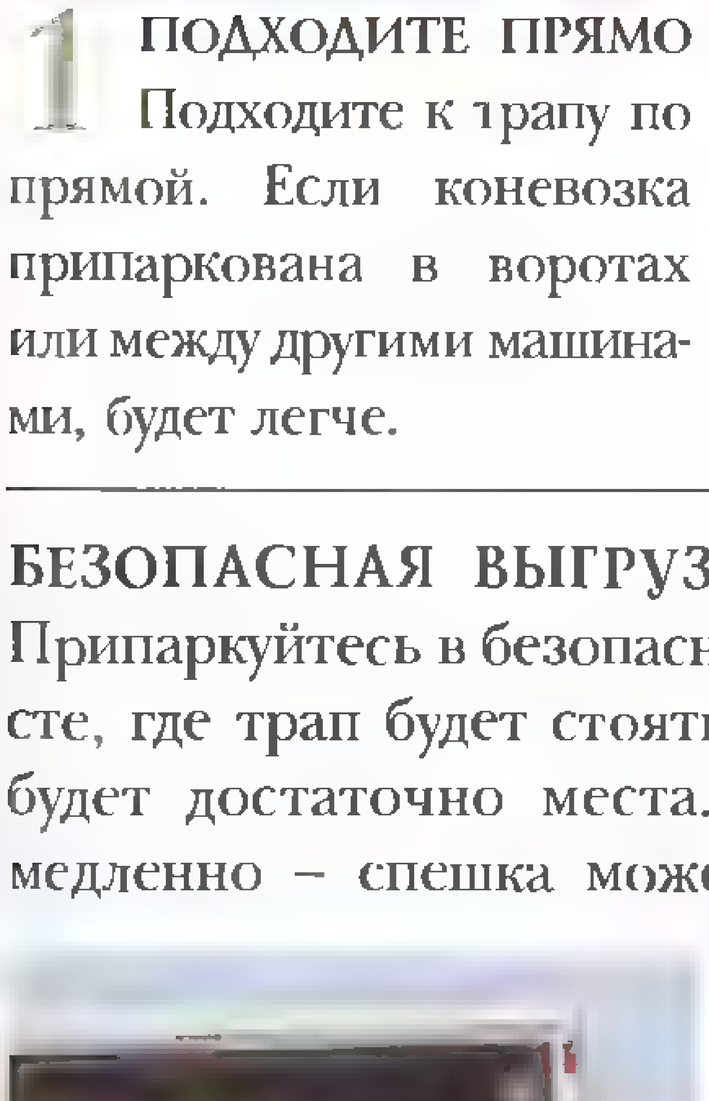
2 ВВЕРХ ПО ТРАПУ
Быстро поднимитесь по середине трапа. Не давайте лошади колебаться перед подъёмом или во время него.



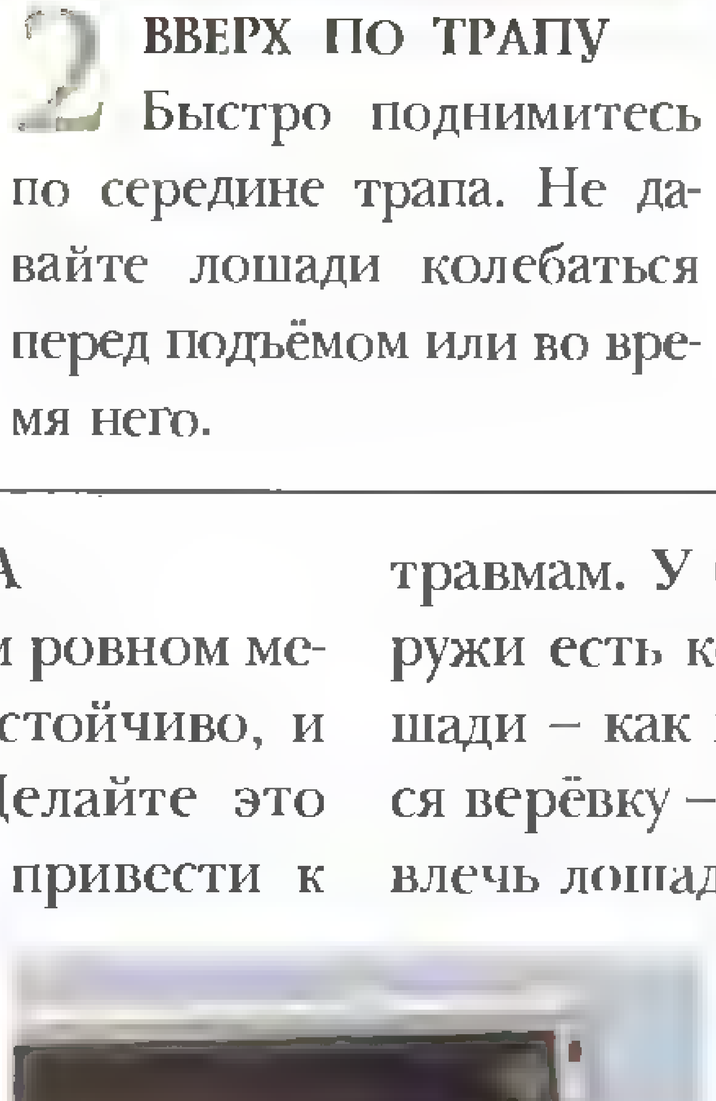
3 ПРИВЯЖИТЕ
Привяжите лошадь рвущейся верёвкой к металлическому кольцу безопасным узлом (см. с. 87). Закрепите перегородку.

БЕЗОПАСНАЯ ВЫГРУЗКА

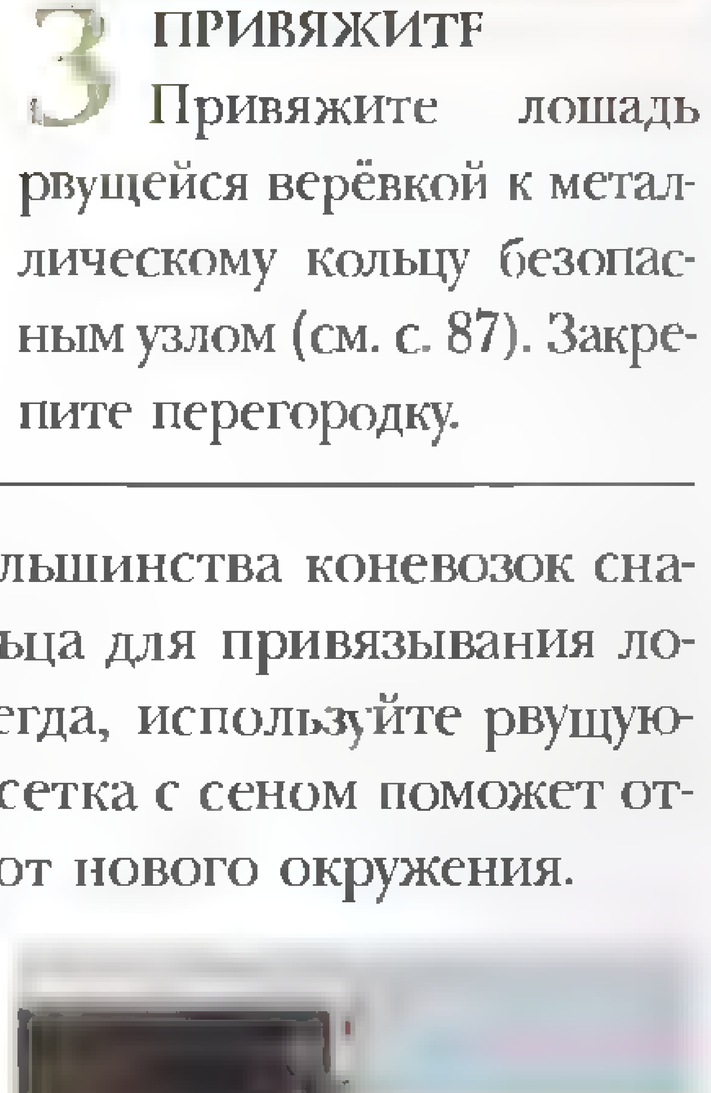
Припаркуйтесь в безопасном ровном месте, где трап будет стоять устойчиво, и будет достаточно места. Делайте это медленно – спешка может привести к травмам. У большинства коневозок снаружи есть кольца для привязывания лошади – как всегда, используйте рвущуюся верёвку – а сетка с сеном поможет отвлечь лошадь от нового окружения.



1 ОТВЯЖИТЕ ЛОШАДЬ
Откройте и закрепите все перегородки и двери, чтобы лошадь не ударилась. Отвяжите лошадь и разверните её головой к выходу.



2 ИДИТЕ МЕДЛЕННО
Медленно ведите лошадь вниз по трапу, давая ей возможность вытянуть шею, но не позволяйте нестись вперёд или спрыгивать.



3 ВНИМАНИЕ
Шагом отходите от трапа, затем разверните лошадь и привяжите за кольцо сбоку коневозки. Будьте внимательны к другим лошадям.

АНГЛИЙСКИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Поскольку английский, или континентальный стиль, подходит для прыжков и неприжковой работы, высокой или низкой скорости, он используется во многих дисциплинах – от выездки до поло. Выездка, конкур и троеборье в настоящее время входят в программу Олимпийских игр, в английском стиле также выступают спортсмены-инвалиды.

ВЫЕЗДКА

Соревнования по выездке показывают правильный тренинг. Наблюдение за профессионалами завораживает – идентифицировать движения на соревнованиях высокого уровня сначала сложно, но вскоре вы начнёте понимать, что происходит.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

МАНЕЖ ДЛЯ ВЫЕЗДКИ ПОЛНОГО РАЗМЕРА

В схеме для каждого соревнования указан размер манежа. Если это полный размер 60 x 20 м (см. ниже), а вы тренируетесь в манеже меньшего размера, убедитесь, что знаете расположение дополнительных маркеров.



Манеж для выездки 60 x 20 м

СОРЕВНОВАНИЯ ПО ВЫЕЗДКЕ

Как начинающий, или как опытный всадник на молодой лошади, вы будете участвовать в соревнованиях лёгкого класса, где нужно будет продемонстрировать умение лошади выполнять круги и переходы, остановки, шаг, рысь, галоп в определённых точках манежа, выполнять их с хорошим импульсом и в то же время послушно. На этом этапе демонстрация импульса и готовности принять железо важнее, чем сбор. Судьи оценивают послушание, гибкость, равновесие и спокойствие сбор (*см.* с. 158–159) на этом этапе не нужен, он придёт сам, если всё остальное будет выполнено правильно.

КАК ГОТОВИТЬСЯ К СОРЕВНОВАНИЯМ

Узнайте, может ли кто-то подсказывать вам схему во время выступления. Однако разумно выучить её – в шуме вы можете не услышать подсказку. Нарисо-



СНАРЯЖЕНИЕ И ОДЕЖДА

Прочитайте правила, регламентирующие снаряжение – они очень специфичны. Обычно всё, что не разрешено на манеже, запрещено и на разминочном поле - за исключением ногавок и бинтов



вать схему на бумаге со всеми маркерами – хороший способ выучить её.

Убедитесь, что вы и лошадь можете, или хотя бы можете попытаться выполнить все требования схемы. Выбирайте схемы, соответствующие вашим возможностям – тренинг определит, когда пора переходить на следующий уровень. Начните с простого и повышайте уровень, поскольку схемы специально написаны в соответствии с



ПРАКТИКУЙТЕСЬ ДОМА

Последовательная работа по официальным схемам – хороший способ ускорить тренинг дома.

уровнем тренинга лошади и её естественным физическим развитием.

Убедитесь, что вы понимаете все требования. Например, для «свободного шага на длинном поводу» вы должны чётко отдать повод так, чтобы лошадь могла вытянуть спину и шею, не торопливая темп. Расслабленная лошадь, хорошо отталкивающаяся задними ногами, сделает это естественно, но напряжённая лошадь пойдёт рысцой.

На тренировках отрабатывайте схему по частям – всю схему целиком проезжайте не более 1-2 раз, иначе лошадь тоже выучит её и будет опережать ваши команды. Некоторые схемы симметричны и, следовательно, легче запоминаются, но не все!

ЧТО ОЖИДАТЬ

КАК ОЦЕНИВАЕТСЯ ВЫСТУПЛЕНИЕ

Схема разделена на элементы, которые плавно переходят друг в друга, но обозначены отдельно. Высшая оценка каждого элемента – 10 баллов. Вот пример теста (A) из схемы FEI CCI* (см. с. 287): «V: поворот направо. L: переход на шаг в 3–5 темпов, далее рабочая рысь. P: поворот налево» – один 10-балльный элемент, но и другой, всего лишь «A: рабочий галоп налево» – также оценивается в 10 баллов. Судьи оценивают только выполненные элементы – если вы не выполнили переход или ехали рысью вместо шага, вам поставят ноль. В конце ставятся общие оценки за аллюры, импульс, послушание и стиль езды. Затем общая сумма баллов переводится в проценты.

Схемы по выездке

РАЗМИНКА

Приехав на соревнования, уточните время старта, чтобы спланировать разминку. Её длительность зависит от индивидуальных особенностей лошади и от того, как вы ехали – верхом или в коневозке. Времени должно хватить на то, чтобы лошадь разогрела и расслабила мышцы и послушно внимательно реагировала на ваши посылы, но не успела устать и заскучать.

Не проезжайте всю схему. Сконцентрируйтесь на движении вперёд. затем выполните несколько переходов, чтобы завладеть вниманием лошади. Если на разминочном поле много всадников, для боковых движений может не быть места.

Будьте внимательны к другим всадникам на разминочном поле. Не подъезжайте близко к другим лошадям, всегда разъезжайтесь левыми плечами, не останавливайтесь и не меняйте направление резко, чтобы не мешать другим.

Следите за временем, сообщите распорядителю на старте о своём местонахождении и будьте готовы к приглашению на старт. Если на разминке лошадь была в ногавках, снимите их перед стартом. Убедитесь, что ваш номер хорошо видно.



ХОРОШЕЕ ВПЕЧАТЛЕНИЕ

Используйте белый, чёрный или коричневый вальтрап или тонкий потник. На соревнованиях низкого уровня гриву не обязательно заплетать, но это – знак уважения судьям.

ЧТО ОЖИДАТЬ

СУДЬИ

В большинстве уровней на точке С один судья, но на более сложных уровнях судей пятеро, они сидят так, чтобы по крайней мере один из них видел каждый элемент. Судьи – сами опытные всадники и тренеры; на соревнованиях, проводимых федерациями, их уровень соответствует определённому стандарту.



Проезд перед судьей

ВЫСТУПЛЕНИЕ

Въезжая в манеж, скажите свой номер судье – это проявление вежливости. Теперь у вас есть 60 секунд до стартового колокола. (Если судья сидит не в будке, а в машине, возможно, это будет клаксон.) Вы не можете въехать в размеченную часть манежа до сигнала колокола. поэтому используйте эту минуту как продолжение разминки. Двигайтесь вдоль ограждения и старайтесь проехать рысью мимо незнакомых объектов: горшков с цветами, зрителей и т. п.

По сигналу колокола вы должны сразу же начать выступление. Оно начинается, когда вы въезжаете в манеж в точке А, и заканчивается, когда вы приветствуете судей. Если кто-то читает вам схему, что допустимо на соревнованиях самых низших уровней, он может говорить только то, что написано в схеме; любые комментарии будут расцениваться как посторонняя помощь, и вы буде-

те исключены. На начальном уровне сосредотачивайтесь на хорошем продвижении вперёд, а не на сборе. Этот уровень отражает ранние этапы тренинга лошади, поэтому судьи будут оценивать правильность аллюров, свидетельствующую о том, что лошадь послушна и понимает команды.

В конце выступления красиво и чётко поприветствуйте судей, держа поводья в одной руке. Обычно это кивок головой при опущенной вниз правой руке.

ДОЕЗЖАТЬ ДО ТОЧЕК

Если вы не доехали до нужной точки или едете по кругу неправильного диаметра, вы не выполняете элемент правильно и потеряете баллы.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Судьи** хотят увидеть, что лошадь правильно движется, а вы можете выполнить все требования схемы, – ни больше ни меньше.
- **Выступайте** как можно более аккуратно – например, «галопом от точки С» означает, что когда плечи лошади находятся на точке С, она должна подняться в галоп. За небрежную езду вы потеряете баллы.
- **Вы вправе** использовать всё время и пространство. Не нужно спешить.
- **Хорошо** выполняйте каждый элемент и переходы, делайте полуодержки для восстановления равновесия, если нужно.
- **Если** вы въезжаете на старт не по прямой, выпрямите лошадь, управляя, как при движении плечом вперёд.
- **Добровольная** работа секретарем судьи – хороший способ узнать требования.

КОНКУР

Соревнования по конкуру проходят на манеже с препятствиями, сделанными из окрашенных или неокрашенных жердей с заложением и декоративными элементами, например окрашенными блоками и цветочными горшками. В этой дисциплине важны хороший тренинг и выездка, поскольку, чтобы безопасно пройти маршрут, вы должны ехать уравновешенно, с большим импульсом.

МАРШРУТЫ

Маршруты тщательно прорабатываются и просчитываются. В самых простых препятствия расположены по прямой через определённое число темпов и содержат только одну двойную систему. Для поворотов и заходов на препятствие отведено много места; максимальная высота указана в правилах, поэтому вы можете выбрать класс в соответствии с вашим уровнем. Конкур на чистоту – хороший выбор для первого старта, он даёт соревновательный опыт без психологического давления. Вы получаете розетку за чистое прохождение маршрута, но не соревнуетесь ни с кем.

На соревнованиях может потребоваться перепрыжка для определения победителя и призеров. Она может проводиться после первого гита или сразу же: после успешного окончания основного маршрута всадник проходит вторую фазу (конкур в две фазы).

ТЕРМИНОЛОГИЯ

- **Двойное препятствие** (bounce) – два препятствия системы расположены так, что точка приземления после первого препятствия является одновременно точкой отталкивания на второе.
- **Система** – препятствие из двух или трёх элементов. В двойной системе расстояние между препятствиями обычно один или два темпа, в тройной системе обычно между первым и вторым – один или два темпа, а между вторым и третьим – два или три.
- **Исключение** – дисквалификация за нарушение правил на манеже или вне его, например за три (или даже за две) закидки, падение всадника или лошади.
- **Штрафные очки** – начисляются за разрушение препятствия или неудачную попытку его преодоления.
- **Перепрыжка** – при равенстве штрафных очков у нескольких всадников после первого гита они проходят укороченный маршрут с повышением высоты, обычно при этом учитывается и время.
- **Тренировочное препятствие** – установленное на разминочном поле.
- **Закидка** – при заходе на препятствие лошадь долго колеблется, осаживает, пересекает свой след или отказывается прыгать.
- **Связка (двойное препятствие)** – препятствия стоящие так близко, что точка приземления после первого оказывается точкой отталкивания на второе.
- **Сойти** с дистанции – добровольно закончить соревнования.
- **Обнос** – лошадь проходит мимо препятствия, не прыгая его.
- **Темп** – средняя длина темпа галопа.

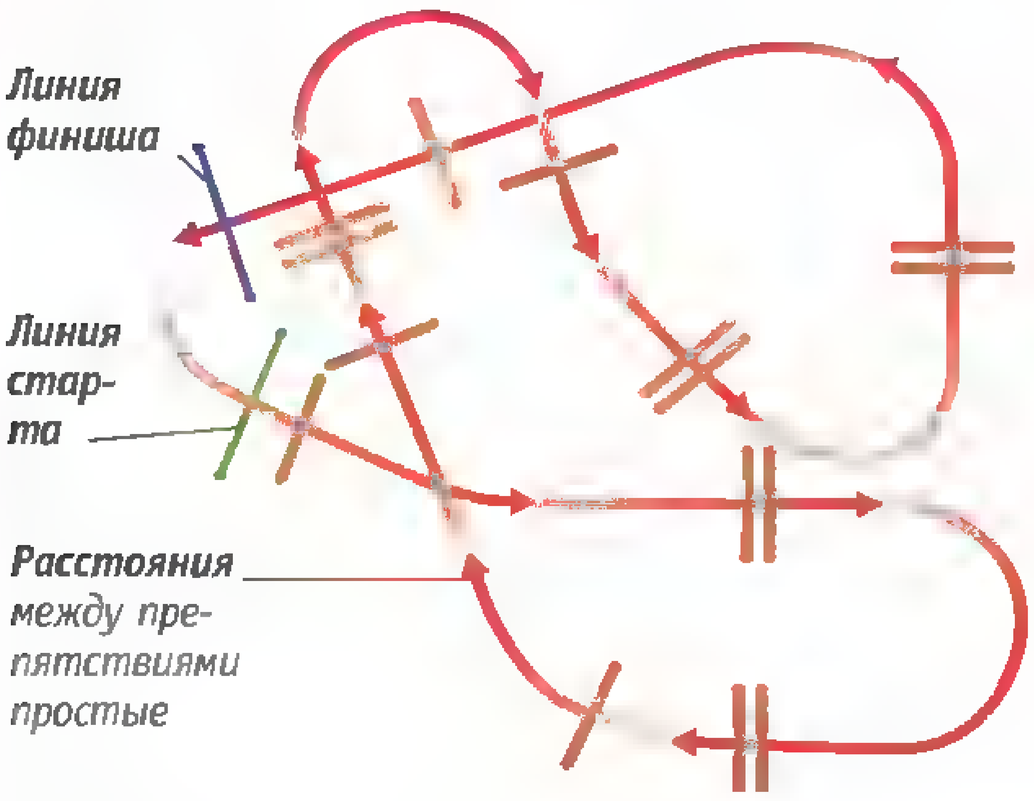
ПРОХОЖДЕНИЕ МАРШРУТА

Вы можете выбирать траекторию движения между препятствиями, но обязаны преодолевать их в правильной последовательности.



ТИПИЧНЫЙ МАРШРУТ ДЛЯ НОВИЧКОВ

Этот маршрут по силам начинающим – препятствия расположены по прямым линиям, повороты лёгкие, возможно включение одной или двух систем.



ТИПИЧНЫЙ МАРШРУТ ЛЁГКОГО КЛАССА

Всадник и лошадь должны обладать определёнными навыками, лёгкий класс – более сложный маршрут, повороты могут быть круче, может быть несколько связок.



ЧТО ОЖИДАТЬ

ЖЕРДЕВОЙ ЗАБОР (ЧУХОНЕЦ)

Вам нужен большой импульс, но относительно низкая скорость. Чухонец трудно оценить, поскольку это отвесное препятствие.



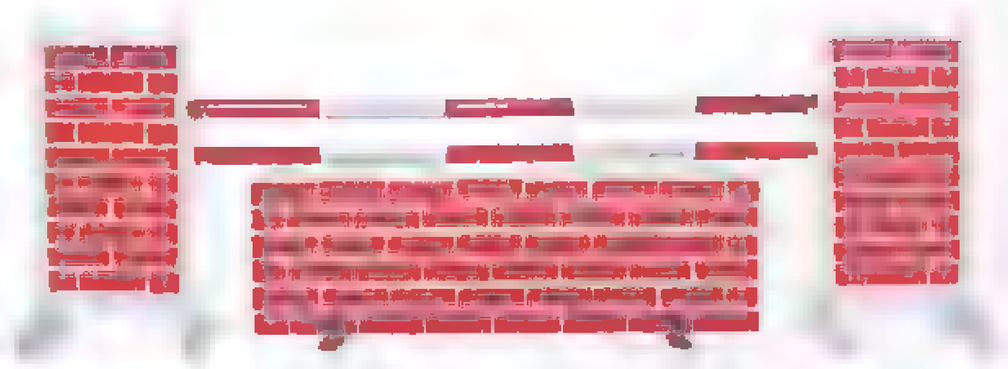
ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ БРУСЬЯ

Препятствие, требующее большого импульса, поскольку оно высотно-широтное.



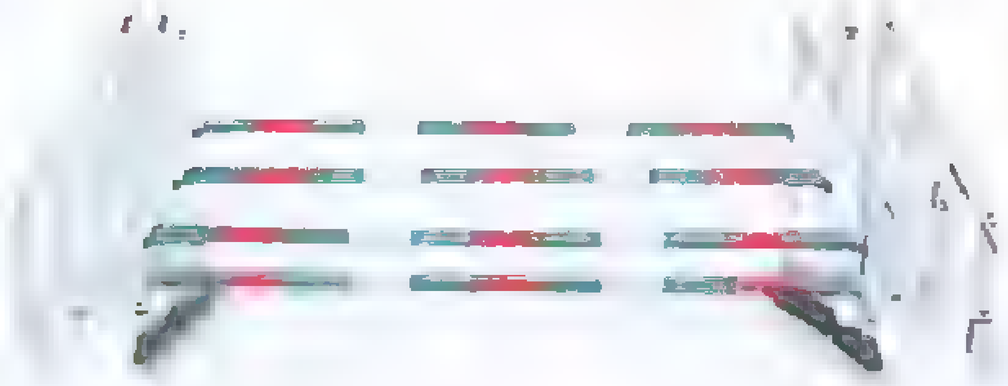
КАМЕННАЯ СТЕНКА

Стенка сделана из лёгких пластиковых блоков, а не настоящих кирпичей. Её серьёзный вид легче оценить, чем чухонец. Часто используется в конкурах на мощность прыжка.



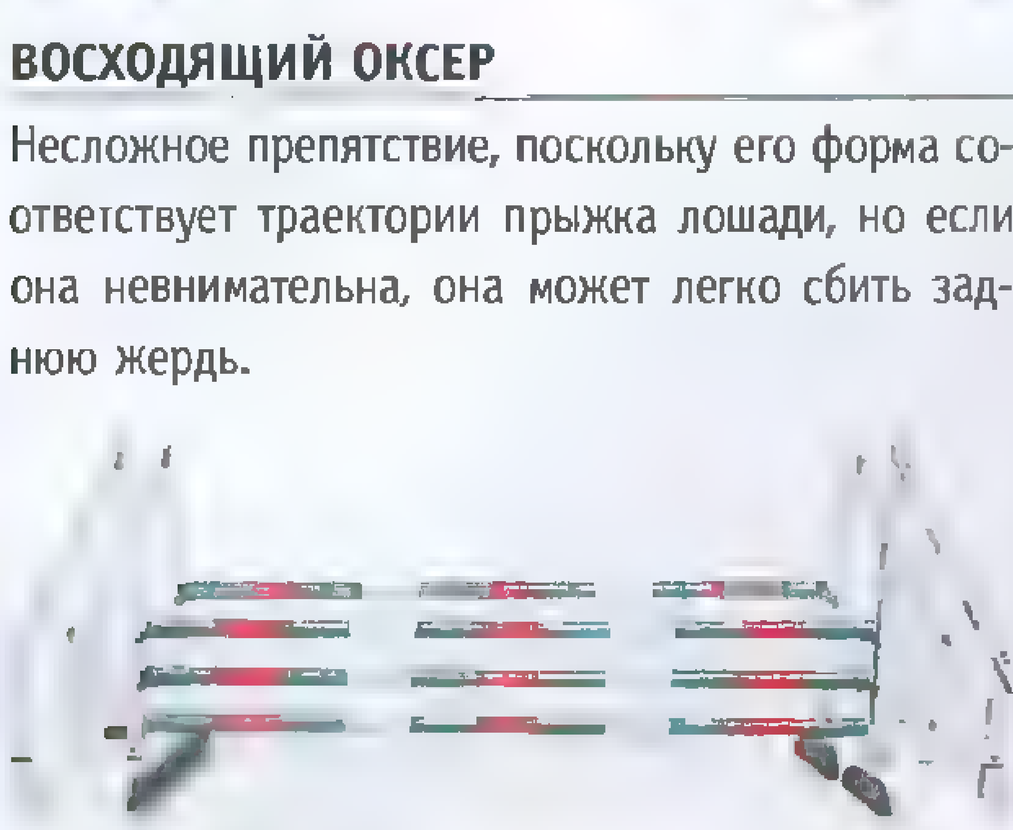
ТРОЙНИК

Требует большей скорости, длина этого препятствия больше, чем высота, поэтому лошадь совершает широтный прыжок. Постепенное повышение высоты облегчает лошади правильный расчёт.



ВОСХОДЯЩИЙ ОКСЕР

Несложное препятствие, поскольку его форма соответствует траектории прыжка лошади, но если она невнимательна, она может легко сбить заднюю жердь.



ПРОЙДИТЕ МАРШРУТ ПЕШКОМ

Узнайте, выделено ли перед началом соревнований время для ознакомления с маршрутом и есть ли возможность пройти его пешком. Выучите маршрут и решите, как преодолевать каждое препятствие; например для тройника нужна скорость, но если затем стоит чухонец, после приземления нужно быстро сбалансировать лошадь, чтобы она перенесла вес на задние ноги. Просчитайте число темпов в системах и связках. Практикуйтесь дома, вычислите длину темпа лошади – сколь-



ИЗМЕРЕНИЕ РАССТОЯНИЙ

Два ваших шага от основания препятствия – это примерно точка приземления, 4 шага - примерно 1 темп галопа.

ким вашим шагам он соответствует.

РАЗМИНКА

Цель разминки – настроить лошадь на выполнение ваших команд и подготовить её к хорошей работе. Дайте знать распорядителю на старте о вашем местонахождении и уточните время выхода на старт, чтобы «топливо» не кончилось раньше времени или не было в избытке. Распорядитель пригласит вас заранее, но и вы должны смотреть на часы.

Начните с непрыжковой работы, например, пройдите круги рысью и галопом, чтобы помочь вам и лошади сосредоточиться, затем прибавляйте и сокращайте галоп. Обычно на поле стоят всего 1–2 препятствия, поэтому хорошо, если ваш товарищ сможет изменять их высоту. Они маркированы флажками (красным справа, белым слева), и вы можете преодолевать их только в этом направлении; будьте вежливы к другим всадникам.

Вы должны знать из опыта, какая разминка нужна вашей лошади: обычно начинают с небольшой крестовины, чтобы лошадь сосредоточилась и аккуратно поднимала передние ноги, затем сделайте из препятствия чухонец и преодолейте его несколько раз. Высоту постепенно наращивайте, но аккуратность и контроль здесь полезнее. Наконец, дойдите до максимальной высоты вашего класса и закончите разминку удачным прыжком.

ПРОХОЖДЕНИЕ МАРШРУТА

До стартового колокола у вас есть немного времени, чтобы поездить по манежу. Двигайтесь энергичной рысью или галопом, чтобы внимание лошади не рассеялось. Если она пугается чего-либо, попробуйте миновать опасный предмет снова, но не заостряйте на этом внимание – сейчас не время спорить с лошадью. Вам запрещено давать лошади рассматривать препятствия близ-

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Будьте внимательны** к пугающим лошадь объектам – судейской будке или выходу из манежа, расположенному около препятствия. Лошадь может пугаться их меньше, чем вы, но многие стремятся к выходу из манежа – уверенно проезжайте мимо таких «соблазнов».
- **Состояние грунта** не менее важно, вы можете использовать подковные шипы для лучшего сцепления с грунтом (см. с. 196). Идеальный грунт – твёрдый, но пружинистый, он не портит ноги лошади, давая им хорошую опору; однако он легко может стать мокрым и грязным или сухим и скользким.
- **На открытых пяощадках** грунт может быть неровным, посмотрите, есть ли на маршруте склоны, где надо прибавлять или сокращать галоп.

ко, но, наблюдая за профессионалами, вы заметите, что они подъезжают к препятствиям близко, но галопом, быстро проезжая мимо – в таком случае это не считается нарушением правил.

Конкур в троеборье (*см.* с. 287) отличается тем, что за первую закидку начисляются 1 штрафных очка, а за вторую пара исключается. Если вы сбили жердь, не расстраивайтесь – восстановите равновесие лошади и сосредоточьтесь на следующем препятствии. Не обращайте внимания на зрителей – как только вы научитесь игнорировать помехи, и лошадь станет их игнорировать. Проходите маршрут в соответствии с условиями: например, если грунт скользкий, сохраняйте импульс и равновесие и оставляйте больше времени на повороты.

ОШИБКИ И ШТРАФ

ОШИБКИ	ШТРАФ
Сбитая жердь	4 очка
Первая закидка	3 очка
Вторая закидка	3 очка
Третья закидка	Исключение
Обнос	3 очка
Падение лошади или всадника	Исключение
Прохождение стартовых створов до колокола	Исключение
Пересечение линии старта более 1 раза	Исключение
Превышение нормы времени	Прогрессивный штраф

Примечание. Возможны и другие системы штрафов.



ЛУЧШЕЕ – ПОСЛЕ РАЗМИНКИ

На разминке просто добейтесь внимания лошади, лучшие прыжки оставьте до выступления.

ТРОЕБОРЬЕ

Практически каждый троеборец мечтает выступать в Бадминтоне, но если ваши устремления скромнее, есть много других соревнований. Троеборье – захватывающий вид спорта и для участников, и для зрителей, но оно довольно опасно, от всадника требуются навыки и внимательность.

ПОЛЕВЫЕ ИСПЫТАНИЯ

Троеборье – спорт не для новичков; не стоит недооценивать потенциальную опасность «мёртвых» препятствий, но наблюдение за другими всадниками даёт многим мотивацию к дальнейшим успехам. Препятствия в троеборье напоминают естественные, встречающиеся в сельской местности, – изгороди, канавы, водные преграды, брёвна – маршруты обычно красиво вписаны в окружающий ландшафт, испытывают участников и приносят удовольствие всадникам и зрителям.

До первого старта у вас должен быть опыт полевой езды: она очень отличается от манежной. Привыкните к быстрым прогулкам по любому грунту, практикуйтесь прыгать в поле больше, чем в манеже, и возьмите уроки полевой езды. Многие маршруты стационарны и вы можете тренироваться на них, определяя уровень подготовки лошади и свой уровень.

МЕЖДУ ФЛАГАМИ

Убедитесь, что красный флаг справа, а белый – слева. За преодоление препятствия в неправильную сторону вы будете исключены.



Красный флаг *обозначает правый край препятствия, вы должны прыгать слева от него*

НАЧНИТЕ С МАЛОГО

Если вы уже готовы, попробуйте свои силы в полевых испытаниях для новичков. В отличие от троеборья, полевые испытания могут проходить в охотничьем классе, где вам надо будет также открыть и закрыть ворота.

Начните с класса для новичков или с ограничением высоты. Маршрут будет в целом прямолинейным, но препятствия могут быть широтными и высотно-широтными, располагаться на склонах, и их серьёзный вид может пугать. Вы должны поддерживать импульс для успешного прыжка, но если на первых соревнованиях вы чувствуете, что лучше спуститься с холма рысью, – сделайте это.

В открытых соревнованиях и в троеборье длина и сложность маршрута требует высокого уровня опыта и хорошую подготовку по выездке и конкуру. Участвуйте только если вы и лошадь достаточно опытны и уверены.



ЧТО ОЖИДАТЬ

ФАЗАНЬЯ КОРМУШКА

Несложное препятствие, требующее большого импульса для широтного прыжка. Можно преодолеть на большой скорости, но держите лошадь в сборе, особенно если оно стоит на склоне.



ЗИГЗАГ

Если флаги расположены с обеих сторон, вы можете выбрать, прыгать через середину V-образного изгиба или через прямую секцию, что может быть на несколько секунд дольше.



КАМЕННАЯ СТЕНКА

Серьёзное препятствие, не прощающее ошибок, но обычно стенка расположена на ровном месте, хотя иногда после неё рельеф понижается. В отличие от конкура, в троеборье стенка обычно настоящая.



ТРАКЕНЕНСКИЙ ЗЕМЛЯНОЙ ВАЛ (ТРАКЕНЕР)

Бревно над канавой или понижением рельефа. Старайтесь не обращать внимания на просвет внизу; подходите с большим импульсом, но не слишком быстро, чтобы лошадь могла оценить препятствие и была сосредоточена на прыжке.



ХЕРДЕЛЬ

Лошадь не должна задеть верхнюю линию препятствия, не забывайте об этом. Не путайте хердель и засеку, где ноги лошади могут пройти сквозь ветки.

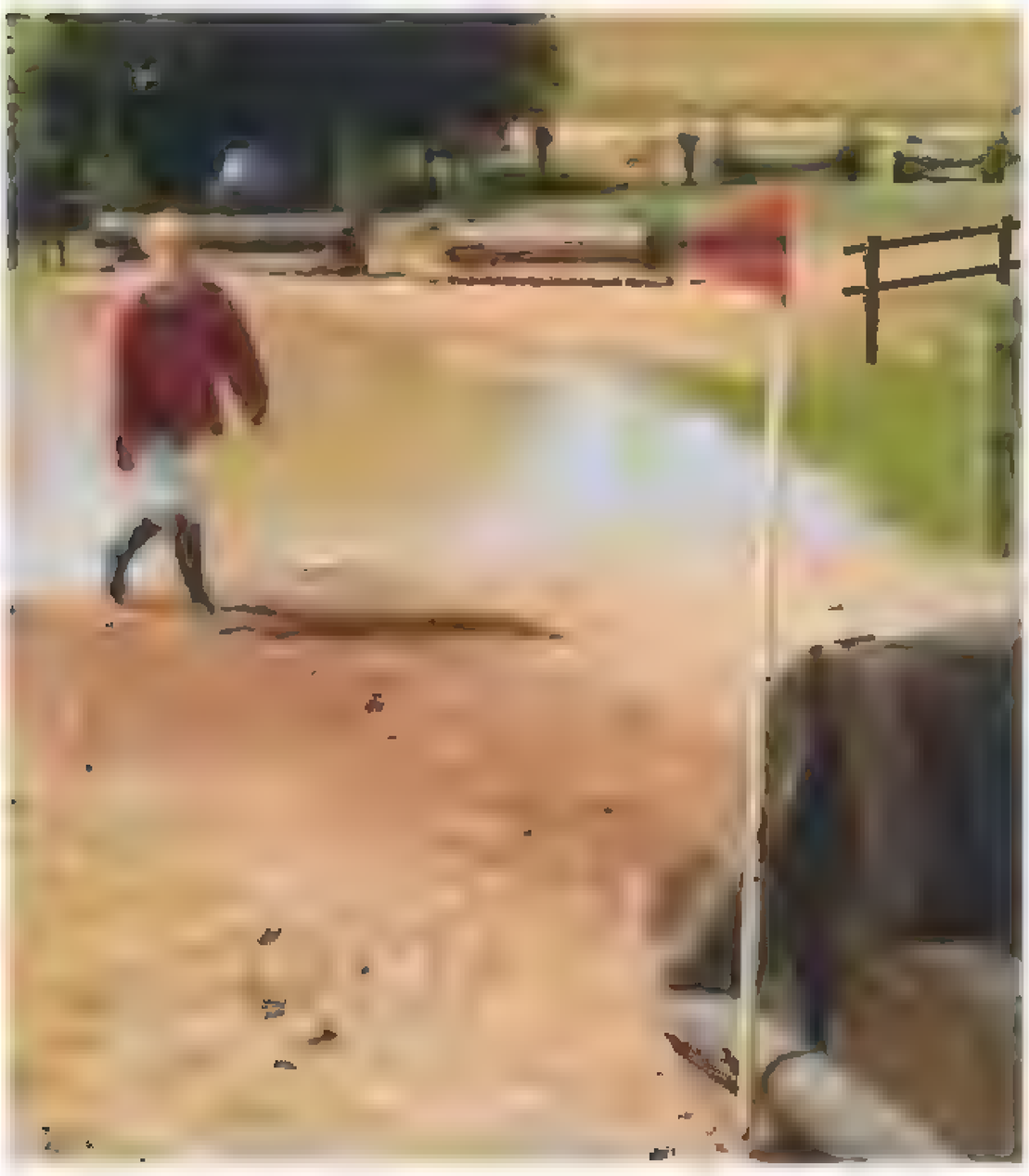




ПРОЙДИТЕ МАРШРУТ

Одни и те же простые правила работают на всех уровнях. Заложите достаточно времени, чтобы не один раз пройти маршрут пешком. Оцените грунт и препятствия, планируйте подход к каждому.

Некоторые условия изменяются в зависимости от погоды и времени – например, пятна света и тени движутся, а во влажную погоду лошадь, опережающая ваши действия, может опасно отталкиваться и приземляться. Выучите весь маршрут и обратите внимание на холмы, повороты, открытые и замкнутые пространства. В большинстве маршрутов есть прыжок в воду, грунт на выходе из воды в течение дня может стать скользким.



ПЛАНИРУЙТЕ ЗАХОД НА ПРЕПЯТСТВИЕ

Хорошо продумайте заход на препятствие. Они часто расположены под деревом или рядом с ним, всё это надо учитывать.

С повышением уровня соревнований будут появляться и простые, и сложные препятствия; пройдите маршрут с опытным всадником, который покажет «подводные камни». Большое широтное препятствие устрашающего вида может оказаться несложным, заход по прямой помогает лошади сохранить нужный ритм, а препятствие небольшой высоты может стоять в неудобном месте, и его надо обдумать. Если у препятствия есть альтернативный вариант, выучите оба, чтобы иметь возможность изменить планы. Полезно оглядываться назад от каждого препятствия – вы можете увидеть лучшую траекторию, чем та, по какой шли.

Возьмите с собой схему маршрута, чтобы не пропустить препятствие. Держите в голове весь маршрут, предпочтительный и запасной вариант. Перед стартом мысленно пройдите маршрут и сохраните положительный настрой.



ПОДГОТОВКА ЛОШАДИ

Троеборной лошади нужна разминка, чтобы мышцы и дыхательная система работали хорошо. Если она в хорошей форме, она работает аккуратно.

РАЗМИНКА

В однодневных соревнованиях полевым испытаниям предшествует конкур, поэтому всё что нужно – это проехать галопом, чтобы открыть дыхание лошади, и преодолеть пару невысоких препятствий, чтобы настроить её. Перед полевыми испытаниями разминайтесь как перед конкуром, но, если возможно, проскачите хорошим галопом. Делайте переходы, разнообразьте галоп, не забывайте об управлении лошадью и сборе.

Хорошая разминка перед полевыми испытаниями очень важна еще и потому, что очень тренированные лошади имеют тенденцию к скованности мышц. Это происходит, когда гликоген, накопленный в мышцах, расходуется слишком быстро, создавая избыток молочной кислоты, отчего мышечные волокна опухают и теряют силу. Лошадь становится напряжённой, спина и задние ноги часто почти неподвижны, и ей необходима срочная помощь ветеринара.

ПРОВЕРЬТЕ

ОДЕЖДА ВСАДНИКА

Защитный жилет обязателен и должен отвечать всем стандартам, указанным в правилах. То же относится к шлемам, они должны быть правильно подогнаны. Надевайте сапоги и нескользкие перчатки.

СНАРЯЖЕНИЕ ЛОШАДИ

Используйте прочные, нескользящие поводья, например кожаные с резиновым рельефом или тесьмяные с кожаными вставками, и трок для седла, если есть. Защита ног необходима: колокольчики или ногавки, ногавки на сухожилия с колокольчиками или специальные ногавки, дополнительно смягчающие удар. В любом случае убедитесь, что они хорошо сидят, когда лошадь движется, и не перекручиваются, не соскальзывают, не натирают.

В ДЕНЬ СОРЕВНОВАНИЙ

Необходима вода для питья и мытья разгорячённой лошади; губки и скребок для пота; сушильная попона; подковные шипы; копытный крючок; аптечка первой помощи; сетка с сеном; еда и питьё для вас, поскольку если вы устали или обезвожены, выше вероятность ошибки.

ПЕРЕД СТАРТОМ

Проведите разминку, проверьте состояние здоровья лошади. Проверьте снаряжение перед посадкой в седло и ещё раз перед стартом. Убедитесь, что шлем и защитный жилет правильно подогнаны и застёгнуты. Расплетите гриву, если косички могут запутаться в снаряжении.



Проверка подпруги

ВАШ СТАРТ

Все приготовления сделаны; теперь испытание внимания и сил. Вы не должны стоять в стартовых створах или на линии старта – часто лучше шагать рядом, пока стартёр не начнёт обратный отсчёт от десяти.



Начните движение ровным, незаторопленным галопом и, держа в голове план, будьте готовы быстро изменить его, если потребуется: например, вы можете преодолеть препятствия по альтернативному варианту, если не всё складывается так, как планировалось, или обнаружить, что расчёт при прохождения маршрута пешком не работает, и довериться интуиции.

Постоянный ритм безопаснее и эффективнее, чем резкое ускорение и торможение в случае проблем; не подчиняйтесь инстинкту валиться вперёд: сидите ровно и перенесите вес вперёд, прижимая шенкеля, чтобы поддержать импульс. Умная лошадь под хорошим всад-

В СТАРТОВЫХ СТВОРАХ

Придите на старт заранее, но старайтесь шагать рядом до начала отсчёта.

СОХРАНЯЙТЕ ВНИМАНИЕ

Быстрое мышление и спокойная голова помогут в ситуациях, когда нужно изменить исходный план во время прохождения маршрута.

ником часто сама выберется из трудной ситуации, но вмешательство в неподходящий момент может быть опасным.

Приспособьтесь к условиям грунта. Например, на скользком или влажном грунте вам нужно собрать лошадь, а сухой или вязкий грунт очень тяжёл для ног лошади. Если грязь становится глубокой, лошадь вынуждена работать особенно напряжённо и быстрее устанет.

Всё время управляйте лошадью. Так легко расслабиться и потерять контроль, когда уже видно последнее препятствие, но лошадь может сделать то же самое и совершить ошибку. Как только вы финишировали, не останавливайтесь резко, чтобы не повредить сухожилия, постепенно замедляйте скорость и избегайте резких поворотов. Вы захотите поблагодарить лошадь похлопыванием по шее – но сохраняйте контакт – она устала и может легко споткнуться. Спешьтесь, ослабьте подпруги, отшагайте – и похвалите лошадь так, как она заслуживает.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ТРОЕБОРЬЕ

Троеборье зародилось в Европе как универсальные испытания для кавалерийских лошадей в течение трёх дней. Оно включает выездку, полевые испытания и конкур: хорошо тренированная лошадь должна быть послушной (это показывает выездка), смелой и выносливой (полевые испытания) и иметь силу воли и гибкость (конкур в последний день).

Не все могут участвовать в трёхдневных соревнованиях – более доступны однодневные. Такие соревнования организуют многие конноспортивные клубы и центры, но в основном этим занимаются государственные органы. Соревнования обеспечивают возможность повышения уровня – из соображений безопасности вы не можете стартовать, если у вас нет квалификации, – и гарантирует, что маршруты отвечают определённым стандартам.

Международные соревнования называются CIC (однодневные) и CCI (трехдневные), уровень сложности – от 1 до 4 звёзд. В мире только 5 соревнований уровня 4 звезды: Бадминтон и Бёргли в Великобритании, Лексингтон в США, Аделаида в Австралии и Люмюллен в Германии.



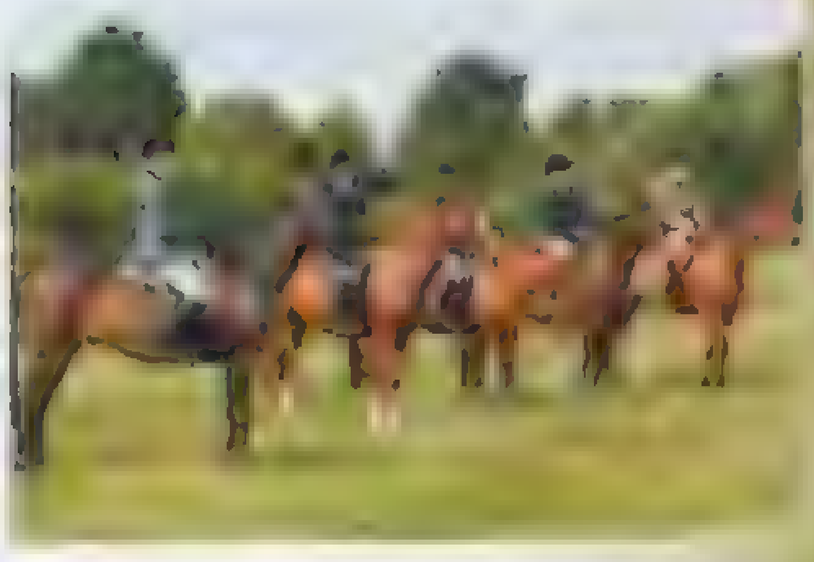
Эндрю Николсон в Бадминтоне

ДРУГИЕ ВИДЫ СОРЕВНОВАНИЙ

Конкур, троеборье и выездка – самые популярные виды, но вы можете попробовать и другие. Шоу лошадей в руках, стремительное и увлекательное поло, трудные пробеги – всегда есть то, что подойдёт каждому – хотите ли вы провести приятный день или достичь совершенства.

КЛАССЫ ШОУ

Вы можете принять участие в разных классах шоу, если у вас есть коб или чистопородный аборигенный пони. Ваш ребёнок тоже может выступить на соревнованиях верхом на пони, которого вы будете вести в поводу. Есть классы для лошадей-ветеранов, гунтеров и верховых лошадей (хэков), где решающий фактор – как выглядит, двигается и ведёт себя лошадь. Достижение – показать себя опытным всадником, важен также внешний вид, а терпение необходимо и лошади, и всаднику, и это хороший вариант для нервных новичков почувствовать, что такое соревнования.



ВЫСТРОИТЬСЯ В ЛИНИЮ
Участники приглашаются в центр манежа, чтобы судьи могли поближе рассмотреть их и окончательно распределить места.

ВНЕШНИЙ ВИД
Внешний вид лошади и всадника – ключевой элемент в классах шоу.

ДОПОЛНИТЕЛЬНО

ДРУГИЕ ВИДЫ СОРЕВНОВАНИЙ

- **На некоторых шоу** проводятся весёлые конные игры – это ценный опыт для детей, для которых это самостоятельные серьёзные соревнования.
- **Вольтижировка** – официальная дисциплина, особенно популярная в Германии.

ТРЕК

Изначально трек зародился во Франции в конце 1970-х годов как соревнования профессиональных туристических гидов. Соревнование разделено на 3 части: ориентирование; контроль аллюров, когда, например, вам надо пройти маршрут в одну сторону галопом и вернуться шагом; полевые испытания, которые могут включать склоны, канавы и ворота, которые можно встретить на верховых прогулках. Можно пропустить препятствие, которое пока вам не по силам, – у вас вычтут баллы, но не исключат.

ДИСТАНЦИОННЫЕ ПРОБЕГИ

Существует много классов – от 32 км (20 миль) для любителей до 160 км (100 миль) с установленной скоростью (set-speed), на время (race) и для всадников разных уровней (graded). Если вам нравится проводить много времени в седле, вы готовы следовать картам и указателям на большой скорости и заботиться о лошади – это для вас.

Только в классах на время вы соревнуетесь с другими всадниками; в других классах ваша задача – пройти дистанцию в оптимальное время и сохранить лошадь в оптимальном состоянии. Ветеринарный контроль проходит на старте, финише и на дистанции. Опытные всадники знают каждый нюанс формы и выносливости своих лошадей – что само по себе захватывающий аспект конного спорта.

ПОЛО

Хотя уроки поло не дёшевы и обычно происходят в специализированных поло-клубах и школах, попробовать может почти каждый. Вам не обязательно быть опытным всадником, но вам нужна определённая смелость, физическая подготовка и равновесие. Поло – быстрый, яркий и привлекательный вид конного спорта.



ИГРА В ПОЛО

Поло высшего уровня – бурная и эффектная игра, но есть много соревнований и для новичков.

ИСПЫТАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ

На низких уровнях скорость невысока, но в каждом классе есть лимит времени, поэтому пробеги – не простая прогулка по сельской местности.

ДИСЦИПЛИНЫ ВЕСТЕРНА

На арене родео, в загоне, в манеже – всадники вестерна показывают свои умения в многочисленных дисциплинах. В некоторых классах оцениваются только движения лошади; в других уделяется внимание искусству всадника. В менее распространённых видах соревнований оценивается скорость, в других – работа со скотом.

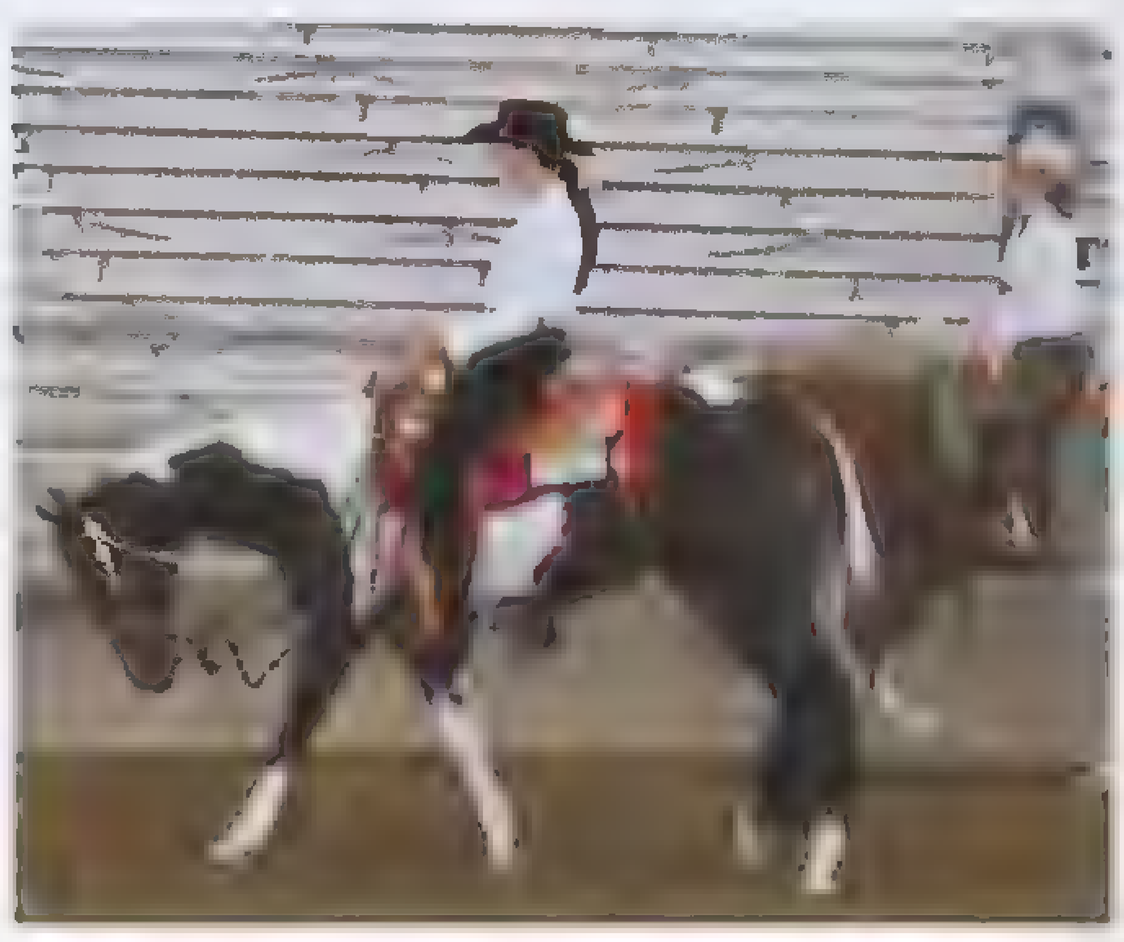
ПРОГУЛОЧНАЯ ЕЗДА

Прогулочная езда (*англ.* Pleasure) – класс соревнований, в которых все участники движутся по стенке манежа друг за другом, демонстрируя лошадей судьям. Судьи выбирают лошадь с лучшими движениями, наиболее послушную, с неспешными мягкими аллюрами – идеальную лошадь для прогулок!

ИДЕАЛЬНАЯ ЛОШАДЬ

Чтобы победить в классе прогулочной езды, лошади нужны способности, правильное телосложение, чтобы правильно двигаться, и хороший характер – лошадь, у которой от природы хорошая линия верха, настильные движения, необходимые лошади в вестерне, и спокойный характер, легче обучается и успешнее выступает.

Хорошая лошадь для прогулочной езды должна уметь двигаться плавными медленными аллюрами с постоянным ритмом – лошадь, которая постоянно стремится обогнать других, не займёт призового места. Энергия идёт от задних ног через спи-



ПРИЯТНАЯ ЕЗДА

У лошади, выступающей в классе прогулочной езды, должны быть уравновешенные аллюры, свободные движения ног от плеч и бёдер и свободные настильные движения

ОДЕЖДА ДЛЯ ШОУ

Одежда всадника, выступающего в классе прогулочной езды – обычные чапсы, ковбойская шляпа, цветная рубашка в стиле вестерн и серебряные пряжки.

ну, но при этом лошадь должна двигаться вперёд и выполнять плавные переходы без малейшего сопротивления, не дёргая головой и не взмахивая хвостом.

Очень важно положение головы и шеи лошади. Это оценивается, поскольку показывает, движется ли лошадь уравновешенно. Если голова слишком низко, значит, лошадь идёт на переду. Если голова намного выше уровня холки, спина лошади прогнута, то и мах будет коротким и неравномерным.

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ЛОШАДИ

Лошади тщательно вычищены, и, чтобы подчеркнуть линию верха, лишние волосы подстрижены. Грива коротко подстрижена и заплетена в пучки (*см.* с. 268–269), чтобы шея смотрелась тоньше. Хвост длинный, с ровно подстриженным кончиком, чтобы подчеркнуть рамку лошади. Все белые участки волоса (отметины) сделаны ещё белее с помощью мела или крахмала. Копыта смазаны блестящим лаком.

СОВЕТЫ ВСАДНИКУ

- **Продемонстрируйте** судьям полное спокойствие.
- **Хотя в классе** прогулочной езды оценивается лошадь, вы можете помочь создать хорошее впечатление – сидите прямо, держите голову высоко, отведите плечи назад и смотрите вперёд.



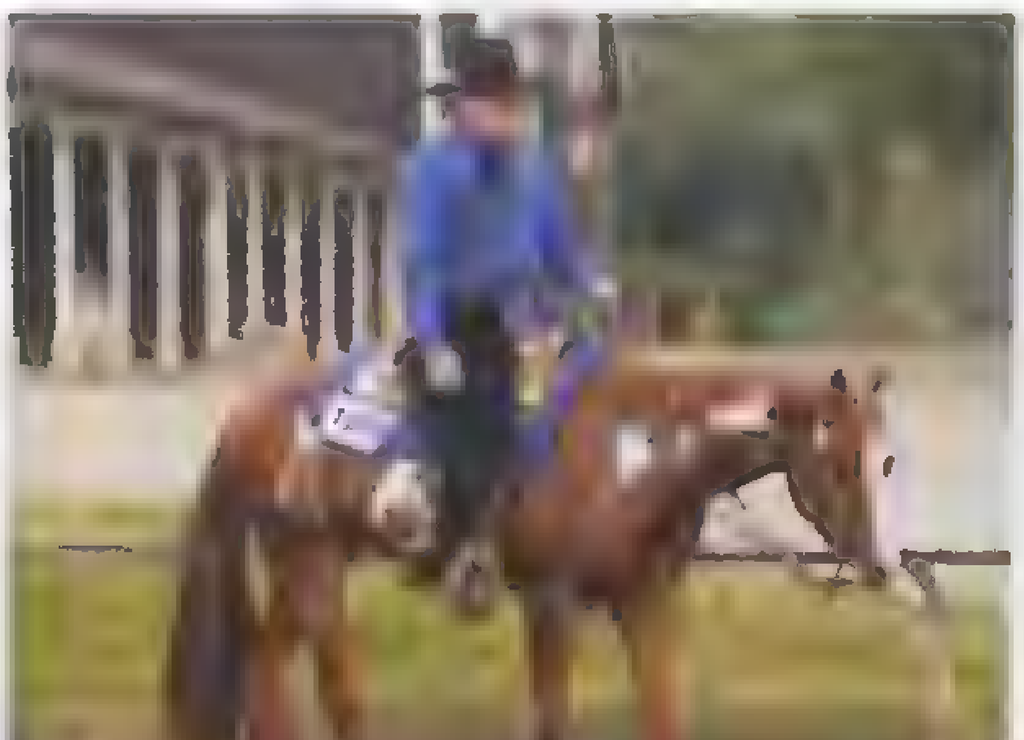
ЧТО ОЖИДАТЬ

АЛЛЮРЫ ПРОГУЛОЧНОЙ ЕЗДЫ

На прогулочной езде лошадь должна показать шаг, джог и лоуп, послушно двигаясь на свободном поводу. Лошадь штрафуют, если она идёт неправильной рысью – когда передние ноги идут шагом, а задние – рысью, или за четырёхтактный лоуп.



Шаг



Джог



Лоуп

ТРЭЙЛ (TRAIL)

Трэйл – испытание для лошади и всадника. В этом классе используются препятствия, встречающиеся в реальности: может потребоваться преодолеть брёвна галопом, пройти шагом по мостику, проехать между кустами, осадить на узких тропках, открыть и закрыть ворота, и даже надеть плащ.

МАРШРУТ И ПРЕПЯТСТВИЯ

В трэйле лошадь должна преодолеть несколько препятствий. Маршрут преодолевается шагом, джогом и лоупом. Препятствия надо преодолевать строго по схеме (pattern), в противном случае всадник исключается. Каждое препятствие – самостоятельное испытание, и лошадь оценивается по тому, насколько правильно она его преодолевает. Норма времени не установлена, поэтому у всадника есть достаточно времени для каждого препятствия.

Всадники проходят маршрут по очереди, при этом оценивается точность, способности и выполнение схемы парой. Лошадь должна быть спокойной, послушной всаднику и охотно выполнять каждое задание.

Лошадь получит высшие оценки, если она сохраняет ровную скорость – не бросается на препятствия и не медлит. Она должна работать так на всём протяжении маршрута и реагировать на все команды всадника, независимо от сложности препятствий. Судьи снимают баллы, если лошадь не подчиняется, не преодолевает или разрушает препятствия, или нервничает.

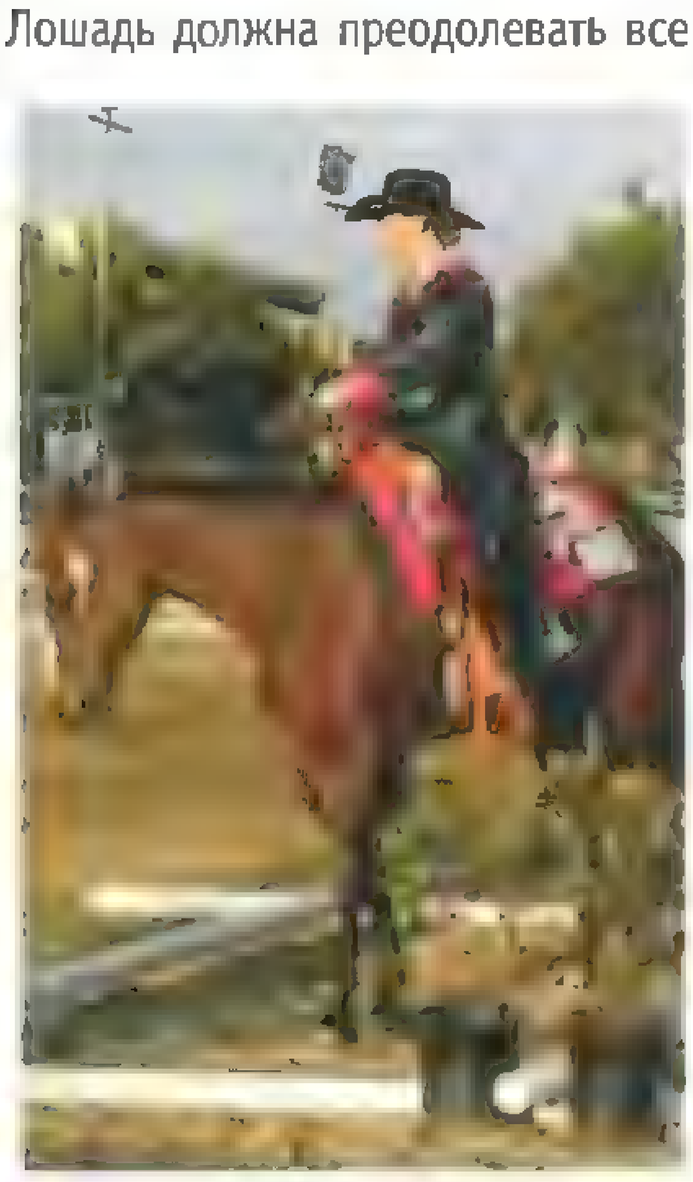
ВЫБОР ИДЕАЛЬНОЙ ЛОШАДИ

Лошадь любой породы может выступать в трэйле, идеальная лошадь терпелива и послушна и энергично проходит маршрут. Если лошадь обходит препятствие, пугается, шарахается или задирает голову, считается, что всадник её не контролирует, и пара не получит высоких оценок. Однако лошадь должна проявлять интерес к каждому препятствию, которое она преодолевает.

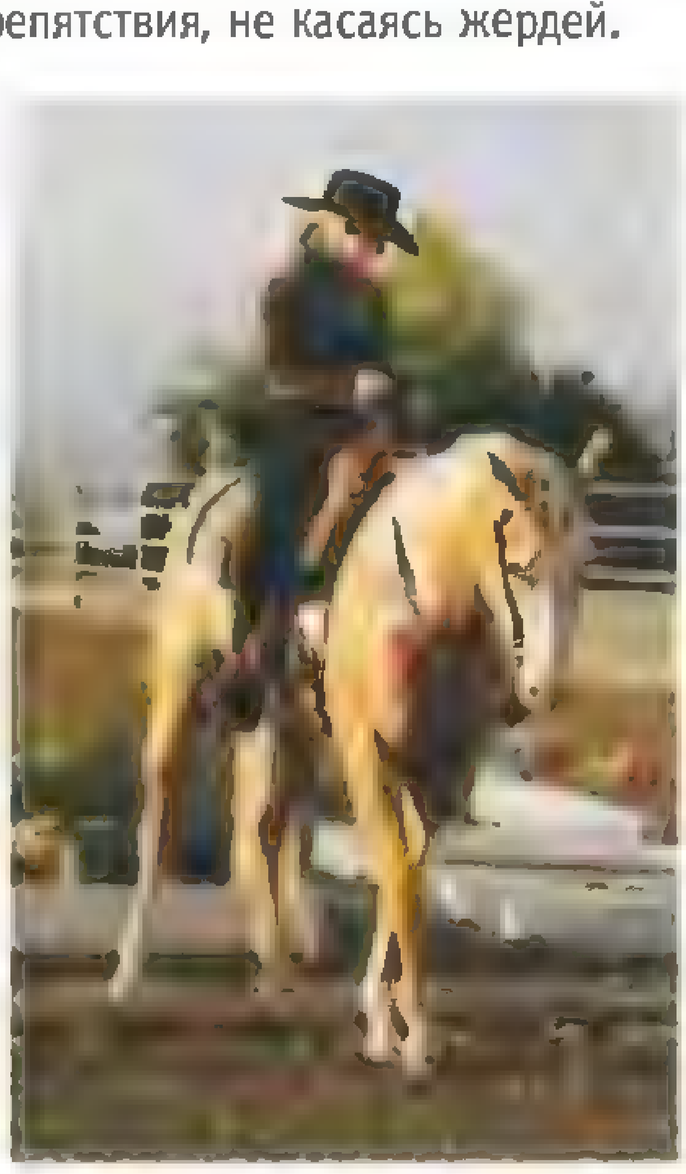
ЧТО ОЖИДАТЬ

ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССА ТРЭЙЛ

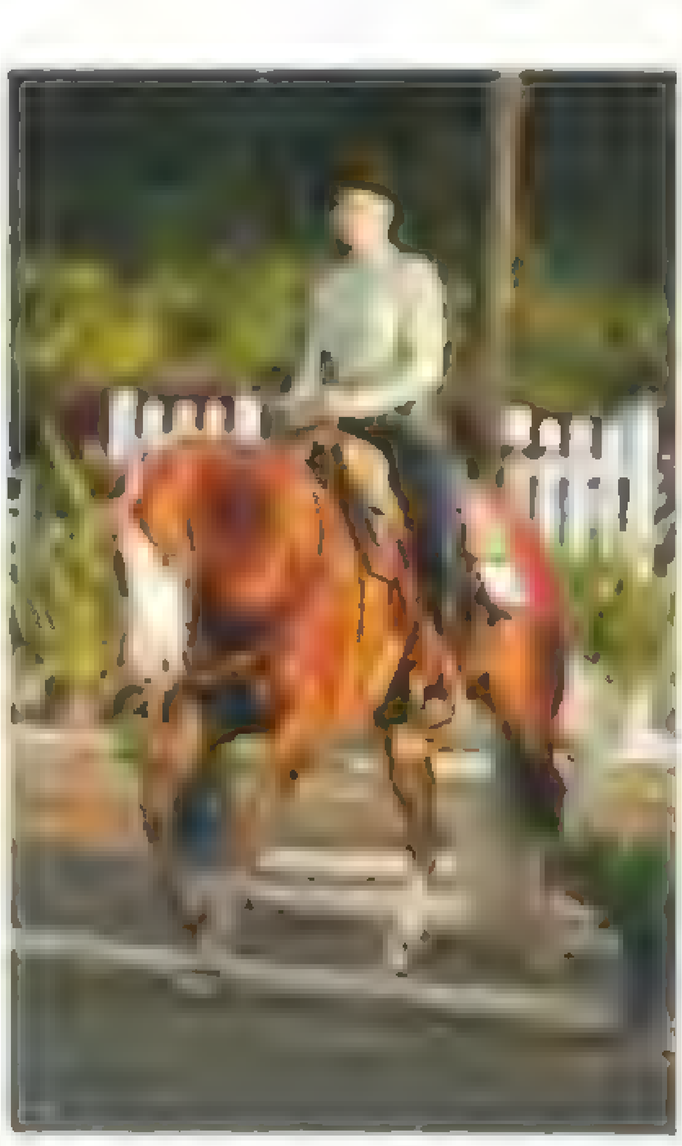
Выполняя вращение в квадрате из жердей на земле и аккуратно переставляя ноги, лошадь показывает своё внимание к окружающим предметам. Также выполняется сайд-пасс через жердь или лоуп через несколько жердей, расположенных по прямой или кривой линии, зигзагом или приподнятые над землёй. Лошадь должна преодолевать все препятствия, не касаясь жердей.



Вращение в квадрате из жердей



Сайд-пасс через жердь



Лоуп через жерди



ЧЕРЕЗ ВОРОТА

Всадница должна открыть ворота, проехать через них и закрыть. Она может переложить поводья в другую руку, если она это сделает до открытия или после закрытия ворот.

ВЫСТУПЛЕНИЕ В КЛАССЕ ТРЭЙЛ

Важно хорошо запомнить маршрут. чтобы не растеряться в середине. Приближаясь к трудным препятствиям, дайте лошади чуть замедлить ход прежде, чем ехать дальше. Это поз волит ей оценить ситуацию, она так же оценивает что-то необычное в полевых условиях.

Дайте лошади *хорошо рассмотреть препятствие*

Сохраняйте *равновесие и сидите в центре седла*

Вы можете *разделять поводья только одним пальцем*

Шенкелями *высылайте лошадь вперёд, не увеличивая скорость*

Лошадь *не должна сходить с мостика*

Лошадь *аккуратно проходит по мостику, не касаясь жерди*

ЧЕРЕЗ МОСТИК

Приподнятый мостик заставляет лошадь ступить на непривычную поверхность.

РЕЙНИНГ

В рейнинге оценивается техника выполнения элементов и стиль езды. Всадники по очереди показывают серию элементов, включая круги на галопе, скользящую остановку и вращение.

ЭЛЕМЕНТЫ РЕЙНИНГА

Участники выполняют один из десяти официальных паттернов (схем). Они выполняют небольшие круги, двигаясь медленно, большие круги на высокой скорости, менку ног, ролл-бэк, вращение и скользящую остановку, всё делается на свободном поводу. Судьи оценивают точность, повиновение лошади, её готовность к выполнению элементов и контроль на всех аллюрах. Круги должны быть правильной формы, и ни перёд, ни зад лошади не должны вываливаться из круга. На больших кругах лошадь должна двигаться легко и быстро, затем отчётливо замедлиться на маленьких кругах, выполняя расслабленный лоуп, при минимальном воздействии поводом. Менка ног должна быть плавной, в нужной точке круга, без очевидного изменения аллюра или ритма.

ОЦЕНКА

Оценка выполнения схемы достаточно сложна. Лошадь получает баллы за точность и контроль скорости, и теряет баллы за сопротивление, слишком раннее выполнение элемента или небрежное выполнение схемы. Любое отклонение от схемы серьёзно штрафуется, или же результат вообще не засчитывается. Спокойные элементы, например круги на лоупе, не менее важны, чем эффектные, например скользящая остановка.

Лошади и всаднику на старте присваивается 70 баллов, и в во время выполнения схемы судьи прибавляют или снимают баллы. За каждый выполненный элемент начисляется 1 балл, за плохое выполнение снимается 1,5 балла, за отличное выполнение добавляется 1,5 балла. Сумма оценок за элементы добавляется к исходным 70 баллам, и получается приблизительная оценка. От неё отнимаются дополнительные штрафные баллы. Обычно в схеме 8 элементов, поэтому всадник может получить от 28 до 82 баллов.

ЧТО ОЖИДАТЬ

ЭЛЕМЕНТЫ

Большое внимание уделяется геометрии паттерна, но скоростная работа (контролируемый галоп) не менее важна. Здесь становится очевидным контроль скорости, и здесь всадник может продемонстрировать стремительность и блеск аллюров своей лошади.

В некоторые моменты выступления требуется расслабленная остановка, полная неподвижность.



Замедление



Остановка

ЗАЩИТА НОГ ЛОШАДИ В РЕЙНИНГЕ

Поскольку ноги лошади в рейнинге испытывают большую нагрузку, разрешается надевать защитную обувь, например неопреновые поддерживающие ногавки и ногавки на задние путовые суставы.

ДРУГИЕ РАЗНОВИДНОСТИ «КОВБОЙСКОЙ ВЫЕЗДКИ»

Некоторым нужно больше, чем просто участвовать в групповых классах. Они хотят испытать себя, а не движения лошади. Для таких всадников есть различные классы под общим названием паттерн-ивентс (pattern events).

ЕЗДА В СТИЛЕ ВЕСТЕРН (WESTERN RIDING)

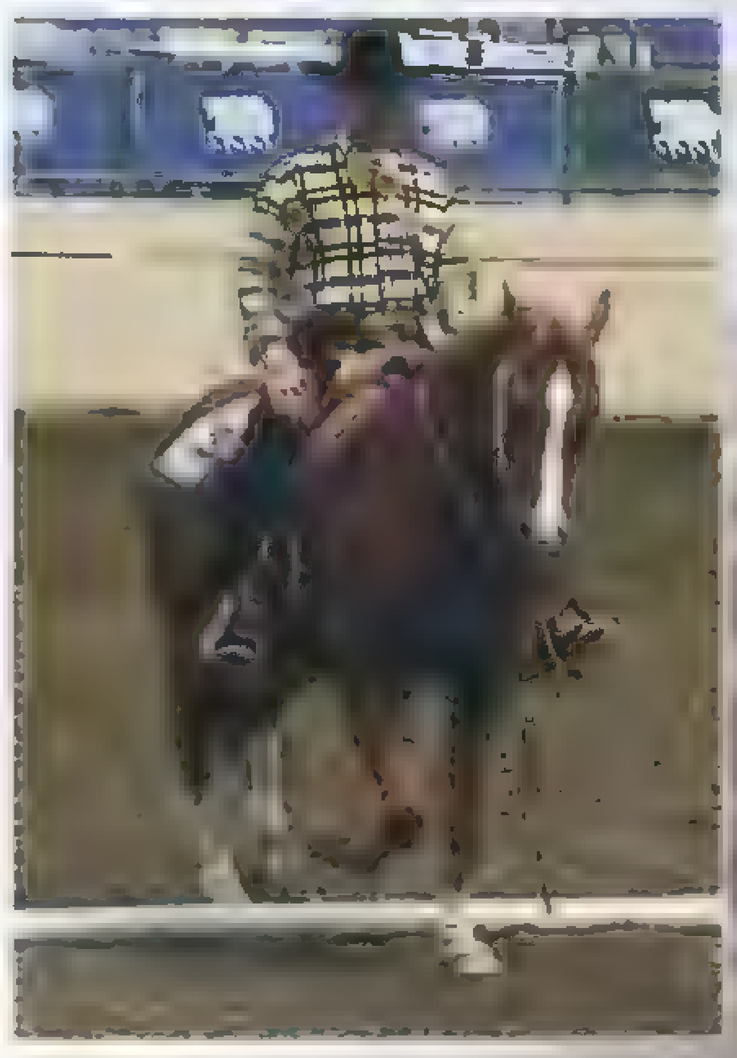
Это идеальный класс для тех, кому нравится выполнять менку ног и другие подобные упражнения. Судьи прибавляют и снимают баллы за качество каждого аллюра, менку ног, реакцию лошади на всадника, её послушность, поведение, характер и ум.

Каждый всадник выступает индивидуально, проезжая выбранную судьёй схему: одну из четырёх возможных. В зависимости от схемы лошадь может проходить зигзагом через манеж и менять ногу в середине или двигаться лоупом через линию конусов, выполняя серпантин с менкой ног.

Схема размечена в манеже небольшими пластиковыми конусами. Лошадь движется лоупом к конусам и между ними и выполняет 7–8 менок, как предписано схемой. Как и в рейнинге, оценка начинается с 70 баллов, далее баллы начисляются или отнимаются за выполненные элементы.

Важно, чтобы лошадь хорошо двигалась, но положение головы не столь важно, как в прогулочной езде. Лошади оцениваются главным образом за правильное прохождение схемы и менку ног в нужное время, они должны также хорошо двигаться резвым галопом и выполнять элементы точно и спокойно, быть очень внимательными к всаднику и выполнять сложные упражнения без видимых усилий.

Одежда всадника, снаряжение и внешний вид лошади в этом классе соревнований такие же, как в прогулочной езде, – многим всадникам, выступающим в разных дисциплинах в один день, не нужно даже переодеваться.



ЕЗДА В СТИЛЕ ВЕСТЕРН
Чтобы выполнить схему, лошадь сначала проходит лежащую на земле жердь джогом, затем движется лоупом к конусам, установленным на манеже.

ПАРТНЁРСТВО С ЛОШАДЬЮ (HORSEMANSHIP)

В этом классе оценивается способность всадника управлять лошадью и выполнять серию элементов на выбор судьи. Здесь не так важны телосложение, порода и движения лошади, как умение и точность всадника, ведущего лошадь по схеме. Всадник должен показать хорошую посадку, уверенность и высокое искусство езды.

Схему выбирает судья до начала соревнований. В каждой схеме есть шаг, рысь, лоуп, остановка и бэк-ап. В зависимости от уровня могут быть включены также круги, менка ног, повороты и изменение скорости. Всадники выступают индивидуально, а затем все едут вместе по периметру манежа, как в прогулочной езде.

ОДЕЖДА ДЛЯ ПАРТНЁРСТВА С ЛОШАДЬЮ

Одежда для соревнований по партнёрству классическая и простая. Мешковатая, грязная одежда, портящая силуэт всадника, снижает шансы на победу.

Всадникам в классе партнёрства с лошадью присваивается 20 базовых баллов, но, в отличие от рейнинга, баллы не начисляются за правильные движения, а только снимаются за ошибки. Всадник и лошадь должны выступать в равновесии – очень важна посадка. Как и в выездке, всадник должен думать о следующем элементе заранее, чтобы ехать точно и эффективно. Чтобы управлять лошадью, нужна прекрасная посадка в стиле вестерн: всадник должен ехать с лёгким контактом, но не на провисшем поводу.

ЧТО ОЖИДАТЬ

ЗА ЧТО СНИМАЮТ БАЛЛЫ

Помимо классической эффективной посадки всадник должен точно проехать выбранную схему. В классе езды в стиле вестерн баллы снимаются за плохую менку ног – например, если лошадь меняет ногу до или после маркера или бьёт задом во время менки. В классе партнёрства баллы снимаются за небрежные переходы, сбитые конусы или заступ за них, жёсткие посылы и неповиновение лошади.

«НЕТ ТАКОГО КОНЯ,
КОТОРОГО НЕЛЬЗЯ БЫЛО БЫ
ОСЕДЛАТЬ. НЕТ ТАКОГО
ВСАДНИКА, КОТОРОГО
НЕЛЬЗЯ БЫЛО БЫ СБРОСИТЬ».

Ковбойская пословица

СКАЧКИ МЕЖДУ БОЧКАМИ И ЖЕРДЯМИ

Эти высокоскоростные соревнования можно видеть и на турнирах по родео, и на местных соревнованиях. Лошадь и всадник должны скакать вокруг бочек или изгибаться, как змея, вокруг ряда жердей, поэтому для успеха нужны точность, подвижность и скорость.

СКАЧКИ МЕЖДУ БОЧКАМИ (BARREL RACING)

Всадники соревнуются на время. Лошадь должна галопом обогнуть три бочки, расположенные треугольником, по траектории, напоминающей лист клевера. Всадник галопом въезжает в манеж из внешнего пространства, называемого «аллея» (alley), или из-за линии старта, поворачивает к одной из бочек и огибает её. Затем он поворачивает ко второй бочке, расположенной напротив, сделав восьмёрку в центре манежа. Обогнув вторую бочку, всадник направляется к третьей, расположенной на вершине треугольника, огибает её и мчится к линии старта. Если лошадь или всадник касаются бочки, это не штрафуется, но если бочка падает, к результату добавляется пять секунд.

ТЕХНИКА СКАЧЕК МЕЖДУ БОЧКАМИ

Всадник сидит, сильно подав корпус вперёд, огибая бочки на галопе. Он должен смотреть вперёд и вверх, и, обогнув одну бочку, думать о том, как объехать следующую. Последние секунды галопа особенно важны – всадники пришпоривают лошадей с каждым темпом и не останавливаются резко после финишной линии.

ВОКРУГ БОЧКИ

Всадник должен сохранять равновесие, чтобы лошадь не задела бочку плечом и не уронила её

***Огибать** бочку нужно как можно ближе*

СКАЧКИ МЕЖДУ ЖЕРДЯМИ (POLE BENDING)

Всадник и лошадь галопом огибают шесть жердей по зигзагообразной траектории. Как и в других скоростных соревнованиях, побеждает тот, кто быстрее. Если лошадь сбивает жердь, добавляется пять секунд. За отклонение от маршрута, нарушение паттерна или падение пара дисквалифицируется.

Старт даётся в «аллее» за пределами манежа. Всадник скачет вперёд до конца линии из жердей, огибая каждую с разных сторон. В каждом повороте между жердями выполняется менка ног.

У шестой жерди всадник выполняет резкий разворот и «прошнуровывает» жерди в обратном порядке. Закончив все жерди в этом направлении, он выполняет ещё один разворот и мчится к финишу.



ЗАДНИЕ НОГИ НА ЛИНИИ

Для скачек между жердями лошади важно уметь двигаться задними ногами точно по следу передних.

ПОЧТИ ВПЛОТНУЮ

Время победителей в скачках часто бывает меньше 20 секунд. Лошадь может потерять драгоценные десятые доли секунды, если слишком далеко отходит от жердей.

ТЕХНИКА СКАЧЕК МЕЖДУ ЖЕРДЯМИ

Прежде всего, всадник должен осознавать, где он находится относительно жердей, поскольку их легко сбить, стремясь выиграть время. Лошадь должна быть гибкой, особенно в позвоночнике, чтобы быстро сгибаться и маневрировать между жердями. Она должна работать задней частью корпуса, чтобы двигаться по правильной траектории и не заваливаться, и уважать жерди, так же как конкурная лошадь должна уважать препятствия и не сбивать их.

ВНЕШНИЙ ВИД

Всадники, участвующие в скачках между жердями и бочками, носят обычную одежду – джинсы, рубашку в стиле вестерн, ковбойские ботинки и шляпу. Сейчас многие надевают шлемы, чтобы уберечься от травм. На ноги лошадей одевают защитную обувь, и для стабилизации седла часто надевается подперсье. По той же причине у седла короткие округлые крылья и высокая задняя лука.

КОВБОЙСКИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Одни их самых захватывающих соревнований вестерна основаны на традиционном использовании лошади. Большое внимание уделяется природному «чувству коровы». Соревнования включают ковбойское троеборье, командную пастьбу и командную сортировку.

КОВБОЙСКОЕ ТРОЕБОРЬЕ (REINED COW HORSE)

Если рейнинг – это «ковбойская выездка», то reined cow horse – «ковбойское троеборье». Этот вид спорта зародился как продолжение испанских традиций использования пастушьей лошади. Соревнование состоит из грёх этапов: работа поводом (rein work), работа вдоль изгороди (fence work), работа со стадом (herd work).

Работа поводом похожа на выполнение схемы рейнинга с такими же кругами, менками ног, ролл-бэком и скользящими остановками, но лошадь также должна уметь работать с коровами. В работе вдоль изгороди лошадь показывает способность вести корову на контролируемом галопе, направлять её вдоль изгороди, заворачивая её на круг в каждом направлении. Это, бесспорно самая эффектная часть соревнований. Скорость и контроль необходимы. но не менее важна правильная посадка. иначе можно и упасть. В работе со стадом лошадь отбивает корову от стада и не даёт ей присоединиться к другим.

Для воспитания победителя потребуется тяжёлая работа. Лошадь должна не только обладать «чувством коровы», но

ЧТО ОЖИДАТЬ

«ЧУВСТВО КОРОВЫ»

Чтобы успешно выступать в ковбойских дисциплинах, лошадь должна контролировать корову, не оказывая на неё излишнего давления. Лучшие лошади слегка сгибаются, наблюдая за коровой, подстраиваются под её шаги без видимых посылов всадника. Судьи оценивают равновесие и плавные перемены направления.

КОМАНДНАЯ ПАСТЬБА (TEAM PENNING)

Практичный вид соревнований, идеальный для тех, кто предпочитает пользу, а не блеск шоу.



и хорошо адаптироваться к тренингу, всегда быть послушной, сильной, не бояться коров и быстро реагировать.

Внешний вид лошади должен отражать её рабочее происхождение. Грива отращивается – чем длиннее, тем лучше, лошади крепкие и в хорошей форме, не изнеженные, как лошади для шоу. Снаряжение также более утилитарное, чем в других классах. Одежда всадника более функциональная, чем модная, но всадники могут выразить свою индивидуальность рисунком на рубашке или традиционным узором на чапсах.



ОБРАБОТКА СТАДА
Всадник на лошади отделяет корову от стада, заезжая то слева, то справа, и не даёт ей вернуться к остальным.

КОМАНДНАЯ ПАСТЬБА И КОМАНДНАЯ СОРТИРОВКА

Это новые виды спорта в стиле вестерн. В командной пастьбе группа из трёх всадников должна выполнить задание за 90 секунд. 10 групп по 10 коров помечены номерами от 0 до 9 на ошейниках. Всадники должны отделить от стада всех коров с данным им номером и загнать их в загон.

Командная сортировка – производная дисциплина от командной пастьбы. Команда из двух или трёх всадников перегоняет коров под номерами из одного загона в другой, начиная со случайно выбранного номера от 0 до 9. Если корова пересекает линию финиша не в том порядке, соревнование заканчивается. Баллы начисляются за время и число успешно перегнанных коров.

Всадники в командной пастьбе и сортировке соревнуются в функциональной, но опрятной одежде, снаряжение — как в ковбойском троеборье.

ПРОГУЛКИ И ПУТЕШЕСТВИЯ

ПРОГУЛКИ И ОТДЫХ

Есть множество способов наслаждаться товариществом единомышленников, любящих лошадей: от неспешных прогулок и походов в дальних краях до конных лагерей и курсов верховой езды, а также соревнований, организованных конными клубами. Со спины лошади открываются новые перспективы дружбы.

ВЫБИРАЙТЕ СВОЁ

Верховая езда – индивидуальная деятельность, но она не обязательно проходит в одиночестве. Есть множество возможностей ездить в компании.

Если вы хотите больше узнать о лошадях, вы можете пойти на курсы верховой езды, когда вы проводите день, неделю или более в конноспортивном центре и учитесь всему – от основных навыков ухода за лошадью и верховой езды до обучения конкретной дисциплине.

Если вы хотите тренироваться и участвовать в соревнованиях, лучше вступить в конный клуб. Клубы дают своим членам много преимуществ, включая особые образовательные возможности, меньший вступительный взнос на клубных соревнованиях и участие в общественной жизни. Местные конные магазины могут также предоставлять скидки членам клубов.



КАНИКУЛЫ НА РАНЧО
Во время пребывания на ранчо в США вы сможете пожить, как ковбои.

Конный туризм – один из лучших способов приобрести опыт верховой езды. По всему миру организовано множество туров, удовлетворяющие лю-

КОННЫЙ ТУРИЗМ В НОВОЙ ЗЕЛАНДИИ
Известная своими прекрасными лошадьми и красивыми ландшафтами, Новая Зеландия – одно из лучших мест в мире для конного туризма.



ПРОВЕРЬТЕ

ЧТО ВЗЯТЬ В КОННЫЙ ПОХОД

Возьмите свои обычные сапоги или ботинки с крагами и шлем.

Одежда для верховой езды должна включать рубашки с длинными рукавами; бриджи, брюки или джинсы; свитер; куртку; перчатки для верховой езды. Убедитесь, что у вас есть запасная одежда на случай, если вы промокнете. Зимой добавьте тёплую куртку с капюшоном. Рубашки и бриджи из хорошо впитывающей влагу ткани незаменимы в тёплом климате – они дают прохладу и сухость.

Если вы едете на собственной лошади, возьмите её паспорт и свидетельство о прививках, снаряжение, попоны и корм. Прикрепите на уздечку и (или) недоуздок ваш контактный телефон на случай, если вы упадёте, а лошадь потеряется – место будет для неё незнакомым, и она не сможет найти дорогу домой. Когда её поймают, вам смогут позвонить.

бым интересам – от выездки до работы на ранчо, и для любого уровня подготовки.

УЗНАЙТЕ ПОГОДУ

Если вы планируете поход далеко от дома, убедитесь, что вы знаете особенности времён года – не выбирайте время поездки, исходя из климата, в котором вы живёте. Например, в Австралии январь – середина лета и самый жаркий месяц в году. В пустынях Южной Аризоны лучше не ездить с июня по октябрь, когда температура поднимается выше 30 °C. В конный лагерь во Флориде лучше не отправляться в конце лета, особенно в сентябре и октябре – это сезон ураганов.

БУДЬТЕ ГОТОВЫ

Если большую часть отпуска вы хотите провести верхом, будьте готовы сидеть в седле по нескольку часов в день. Удовольствие будет больше, если в конце первого дня у вас не заболят мышцы и вы не натрёте мозоли. Хорошая общефизическая подготовка не будет лишней, поэтому подберите себе программу упражнений, чтобы усилить мышцы ног и поясницы. Но ничто так не подготавливает ко многим дням в седле, как занятия верховой ездой, поэтому перед отъездом возьмите дополнительные уроки. Поработайте над ездой вверх и вниз по склонам на разных аллюрах и попробуйте галоп в поле.



КОННЫЕ КЛУБЫ

Если вы хотите участвовать в соревнованиях, а не только ездить для души, подумайте о вступлении в конный клуб, где соревнования – часто главная цель. Вы можете посещать тренировки и улучшать свои навыки в обществе других всадников такого же уровня и сможете принимать участие в различных соревнованиях.



ПРЕИМУЩЕСТВА ЧЛЕНСТВА

Когда вы вступаете в клуб, вы должны платить ежегодный членский взнос. Это расходы на управление клубом, но, возможно, вам придётся оплачивать посещение организованных клубом тренировок и лекций, хотя и по более низкой цене. Однако, вступая в клуб, вы сильно экономите, нередко получая скидки на всё – от страхования лошади до конного туризма.

Есть множество других преимуществ членства в клубе: доступ на организуемые клубом семинары и мастер-классы: информация об управлении конюшней и здоровье лошадей; видеопрокат; бесплатные прохождения троеборной трассы с профессиональными спортсменами; консультации ветеринара о болезнях лошадей и других аспектах благополучия лошади и всадника. Во многих клубах существуют программы поощрения наиболее активных членов. Всадники, занявшие призовые места на клубных соревнованиях, получают баллы, и лучшим из них вручают призы и розетки в конце года на ежегодной встрече или банкете.

УРОКИ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Квалифицированное обучение большинству дисциплин осуществляется в клубах как для отдельных всадников, так и для команд.

Члены клуба общаются друг с другом, получают свод правил, новости и результаты клубных соревнований. Они также получают свежую информацию о местных соревнованиях. Управлять клубом – тяжёлая работа. но, возможно, вы захотите вступить в оргкомитет, чтобы организовывать соревнования, тренировки и общественные события.

На клубных соревнованиях большинство организаторов придерживаются правил безопасности, соответствующих правилам национальной федерации. Во многих странах клубы являются членами национальной организации, и команды клубов соревнуются с другими клубами в многочисленных дисциплинах на региональном и национальном уровне.

СПОНСОРСКИЕ ПРОБЕГИ

Если вам нравится заниматься благотворительностью, тогда спонсорские пробеги – для вас. Это конные состязания, организованные для сбора денег в помощь какой-либо организации или на благотворительные цели. Они открыты для всадников всех возрастов и часто собирают много участников.

ПОДПИСКА

Многие благотворительные организации устраивают спонсорские пробеги для сбора средств. Вступительные взносы для участия в пробегах на короткую дистанцию также идут на благотворительные цели. Некоторые из этих организаций связаны с лошадьми, например клубы верховой езды для инвалидов и организации по спасению лошадей, другие – нет. Некоторые спонсорские пробеги проходят на троеборной трассе, другие – всего лишь долгая прогулка по полям.

Вы просите друзей и коллег спонсировать ваше участие. Организаторы предоставят все необходимые документы и информацию, и всё, что вам нужно – это найти лошадь для участия и поручительство спонсоров. Часто всадник, который собирает наибольшую сумму денег, получает ценный приз, например седло или билеты на крупные соревнования. Если вы не хотите просить друзей, вы всё равно можете участвовать – можно заплатить минимальный стартовый взнос, идущий на благотворительность.

Спонсорские пробеги – удовольствие, и здесь нет психологического давления, поэтому многие всадники участвуют в компании друзей. Однако если вы и не испытываете «соревновательного» волнения, ваша лошадь всё равно может волноваться и её будет труднее контролировать, чем обычно.

Вы и лошадь должны быть в хорошей физической форме, чтобы дойти до финиша. Нечестно требовать от лошади прохождения трассы, если она не в лучшей форме. И если вы не прыгали ничего выше крестовин в манеже, не пытайтесь здесь впервые брать большую высоту – это может быть опасно.



ВСАДНИКИ С НОМЕРАМИ

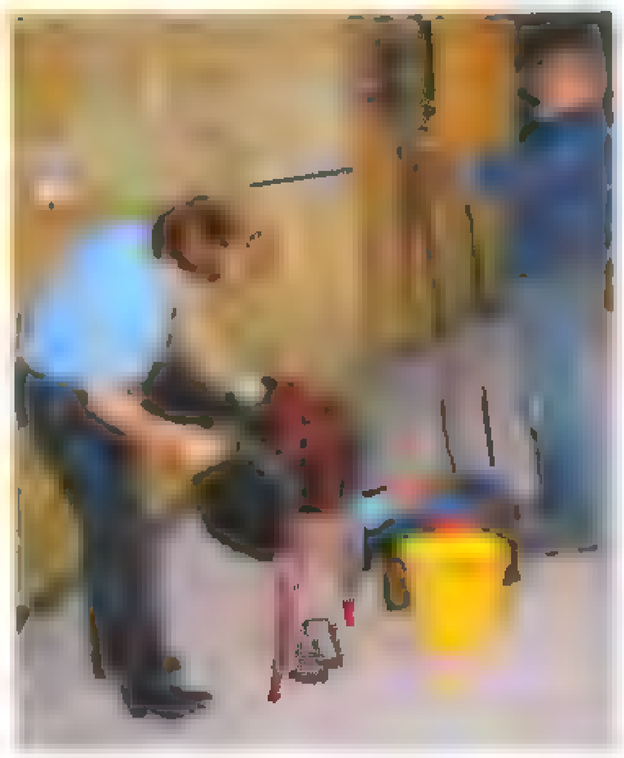
Обычно на одежду всадников прикрепляют номера, чтобы организаторы знали, что все благополучно финишировали.

КУРСЫ ВЕРХОВОЙ ЕЗДЫ

Когда вы ходите на курсы верховой езды, вы, словно вернувшись в школу, посещаете интенсивные занятия по уходу за лошадью и верховой езде. Некоторые курсы проходят в конноспортивных организациях, но многие проходят в местах, предлагающих другие виды деятельности – от плавания и прогулок до дегустации вин.

ОБУЧЕНИЕ

На некоторых курсах преподают базовые навыки ухода за лошадью и верховой езды, на других вы сможете улучшить свои умения в конкретной дисциплине – например, в выездке, конкуре и троеборье. Многие курсы охватывают несколько дисциплин, и, возможно, вас будет обучать всадник или тренер международного уровня. Дополнительное преимущество курсов, посвященных определенной дисциплине, – возможность поездить на лошади тренера – немолодой, но талантливой, возможно, ушедшей на «пенсию» после соревнований высшего уровня. Такая лошадь часто за неделю научит всадника большему, чем обычная лошадь за несколько месяцев.



ВСЕ ВИДЫ РАБОТЫ

На курсах учатся многим вещам, включая уход за снаряжением.

ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ВСЕХ

Большинство курсов дают возможность улучшить свои навыки и новичкам, и опытным всадникам.

Вы сможете найти курсы езды в английском стиле или в стиле вестерн, или, возможно, обоих. Если вам особенно интересен вестерн, подумайте о поездке на юго-запад США, где большинство курсов посвящено этой дисциплине.

НЕДЕЛЬНЫЕ КУРСЫ

Пребывание в конноспортивном комплексе в течение недели – замечательный способ почувствовать себя конником прежде, чем купить лошадь. Обычным утром вы приводите «вашу» лошадь с пастбища, кормите, учитесь ухаживать за ней и ездить верхом. Днём вы можете поехать на прогулку, снова уделить внимание лошади и посетить семинар по естественным взаимоотношениям (партнёрству) с лошадью. Эта работа может быть тяжёлой, но быть окружённым единомышленниками – истинное удовольствие.



ПАНСИОН

Это привлекательный способ провести время вне дома и испытать сельскую жизнь. Конюшни с пансионом, где заботятся о лошади могут стать домом на несколько дней в поездке или местом, где можно остановиться на ночь в многодневной поездке.



РАЗЛИЧНЫЕ УСЛОВИЯ

Хотя есть и традиционные пансионы, предоставляющие условия для лошади (т. е. обычные гостиницы с пристроенной конюшней) большинство подобных заведений расположены при крупных фермах или конных заводах. В некоторых цена пребывания включает все условия, в других денник, корм и постель оплачиваются отдельно, и вы выбираете услуги сами. Большое преимущество пансиона – если вы отдыхаете с друзьями, которые не ездят верхом, им легко найти поблизости места для других видов досуга.

В большинстве конных пансионов есть отдельные комнаты или коттеджи для всадников, и вы сможете наслаждаться вкусным обильным завтраком в компании навестивших вас гостей. Некоторые хозяева могут собрать вам еду для пикника на верховой прогулке. Некоторые пансионы, например на западе США, могут быть более сельскими, с хижинами и загонами вместо коттеджей и конюшен. Но их владельцы почти всегда имеют собственных лошадей, поэтому вы можете быть уверены, что все потребности вашего питомца будут удовлетворены наилучшим образом.

ВЕРХОМ ИЗ ДОМА

Благодаря наличию в пансионе всего необходимого и расположению его в сельской местности, ваш конный поход начнётся прямо от ворот конюшни. Хозяева часто смогут показать малоизвестные тропы, места для пикника и кратчайшие пути, что поможет лучше узнать местность.

Вы можете каждый день останавливаться в новом месте, не возвращаясь в одно и то же. Есть компании, которые организуют бронирование мест, доставку багажа в следующий пункт, снабжают детальными картами и маршрутами. Если вы сами бронируете жильё, сделайте это заранее – человеку с лошадью бывает непросто найти ночлег в короткий срок.

НА ОТДЫХЕ

Многие конные пансионы предоставляют возможности, которые «городские лошади» видят редко – большие левады и пастбища.

ПРОВЕРЬТЕ

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

- **Если вы** едете с собственной лошадью, возьмите снаряжение и принадлежности для ухода за лошадью и одежду для верховой езды.
- **Возможно**, вам потребуется паспорт лошади и свидетельство о прививках.
- **Если лошади** нужен особый корм и подкормки, не забудьте о них.

ГОСТЕВЫЕ РАНЧО

Если у вас нет собственной лошади, но вы хотите много ездить верхом неделю или больше, поезжайте на гостевое ранчо. Гостевые ранчо предоставляют всадникам и любителям лошадей хорошую возможность сбежать от повседневных забот и провести отпуск, окунувшись в традиционную жизнь ранчо.

ПРОИСХОЖДЕНИЕ

В начале XX века, когда большинство американцев к востоку от Миссисипи жили в суете городов, многие мечтали сбежать в живописную дикую природу, хотя бы на выходной. Предприимчивые владельцы ранчо решили принимать гостей в качестве побочной деятельности – и так родились гостевые ранчо. Каждое ранчо по-своему уникально и отражает характер владельца.

ТИПЫ ЖИЛЬЯ

Сегодня некоторые ранчо отражают сельское происхождение и угощают домашней пищей. Другие напоминают роскошные спа-курорты. Домики для гостей варьируют от бревенчатых хижин до просторных апартаментов вдали от главного здания. На большинстве ранчо есть бассейн, бар, места для отдыха и карточные столы, чтобы гости расслабились после многих часов в седле. Иногда устраивают развлечения, например танцы и концерты в стиле кантри. Гостевые ранчо привлекательны и для тех, кто не ездит верхом: многие ранчо предлагают рыбалку, греблю на каноэ и каяках, прогулки и даже рафтинг по быстрым рекам.

ВЕРХОВАЯ ЕЗДА

На многих ранчо предлагаются экскурсии на целый день и более короткие прогулки. Лошади подбираются в соответствии с уровнем всадника, всадники одного уровня обычно ездят группой. На большинстве ранчо вас не отпустят ездить верхом одного – даже если вы опытный всадник, вы не знаете маршруты и местность, поэтому опытный ковбой (его называют *ranch-hand* или *wrangler*) будет всегда сопровождать вас.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

Возьмите лёгкие хлопковые рубашки с длинными рукавами; бриджи или брюки для верховой езды; пуловеры; куртку от дождя; перчатки. Возьмите свои обычные сапоги или ботинки с крагами, а также шлем – на многих ранчо ездить без шлема не разрешается.

ПОБЫТЬ КОВБОЕМ

На некоторых гостевых ранчо вы можете попробовать освоить ковбойские приёмы, например, как обращаться с лассо.



РАБОЧИЕ РАНЧО

Как и гостевые ранчо прошлого, сегодня многие ранчо приглашают гостей, чтобы предложить попробовать, что такое быть настоящим ковбоем. Большинство ранчо могут принять лишь небольшую группу гостей. но это бесценный опыт, который вы будете хранить в сердце многие годы.



ЗАРАБОТАТЬ СЕБЕ НА ХЛЕБ

Рабочее ранчо отличается от гостевого главным образом тем, что гости работают вместе с хозяевами, помогая им выполнять все необходимые на ранчо работы. Помимо верховой езды и перегона скота вы будете помогать клеймить, вакцинировать и кастрировать скот. Поскольку вы будете выполнять все работы на ранчо, вы должны быть опытным всадником и уметь контролировать лошадь на шагу, рыси и галопе. На большинстве ранчо гостям моложе 16 лет не позволяют участвовать в работе. Во время пребывания вы будете жить в хижине на ранчо и есть домашнюю еду с другими гостями, а во время работы со скотом обед будет в полевых условиях.

ПОХОД С ВЬЮКОМ

Конный поход с вьюком напоминает перегон скота, но здесь коров нет. Вы сможете за несколько дней изучить местность и ночевать под звездами. Можно выбирать маршруты с возвращением в базовый лагерь или каждый день ночевать в новом месте.

Если вы выбрали последний вариант, вам придётся каждый день паковать весь багаж, но каждый день будет складываться по-новому. Поскольку большинство маршрутов проложено в горах, двигаться в основном приходится шагом. В большинстве случаев вы ночуете в палатке, но удобства различаются.

КОВБОЙСКАЯ ЖИЗНЬ

Перегон скота мало изменился за последние 100 лет. Участвуя в нём, вы будете жить настоящей ковбойской жизнью.

ПЕРЕГОН СКОТА

Весна и осень – время, когда вы сможете участвовать в перегоне скота. В это время скот перегоняют на лучшие пастбища или собирают, чтобы транспортировать куда-либо за пределы ранчо. Вам может представиться шанс погоняться за сбежавшей тёлкой, но большую часть времени вы будете двигаться шагом, поскольку именно с этой скоростью гонят скот. Большую часть светлого времени суток вы будете в седле, а, поскольку вы будете перегонять скот с места на место каждый день, ночевать, возможно, придётся в палатке.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

Возьмите свою обычную одежду для верховой езды, а также тёплую куртку для защиты от холода. Вам также понадобится шлем. Если вы беспокоитесь о долгих часах в седле, для своего комфорта возьмите флисовый чехол на седло.

КОННЫЙ ТУРИЗМ

Работа в манеже идеальна для тренировки всадника и лошади, но иногда хочется и попутешествовать. Привлекательность конного туризма в возможности посмотреть мир, другие культуры и традиции. Вам пригодятся навыки, полученные в манеже, но вы приобретёте и новые умения.

ЛОШАДЬ ДЛЯ ТУРИЗМА

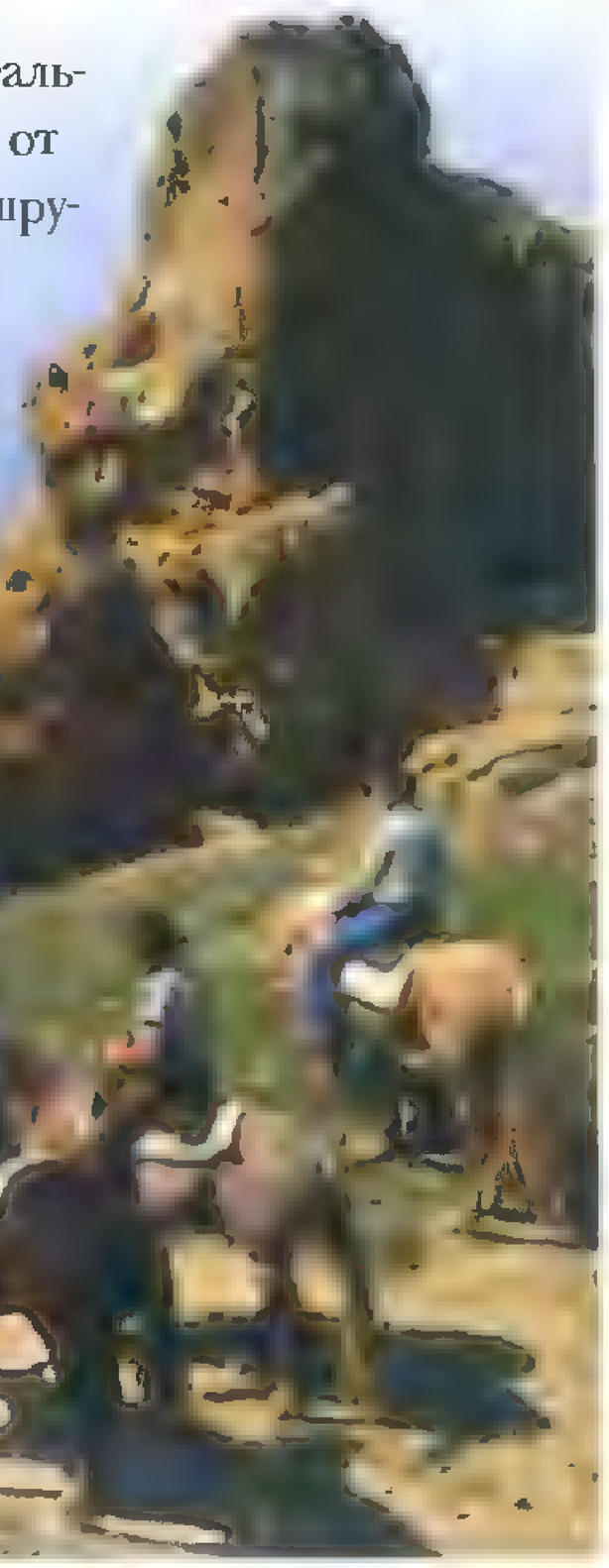
Хорошая туристская лошадь ценится на вес золота. Она должна уверенно ступать держаться на любом грунте и быть лёгкой на переду. Она должна быть в хорошей форме, чтобы подниматься по холмам, находить путь по скалистому грунту и иногда прыгать через поваленные деревья или ручьи.

ВСАДНИК-ТУРИСТ

Всадник должен иметь хорошую посадку на всех аллюрах и уверенно держаться в седле в любую погоду в любой местности – от крутых горных троп до широких равнин. Вы должны убедиться, что ваша физическая подготовка достаточна. Постепенно увеличивайте время в седле каждый день, чтобы быть готовым к долгим поездкам.

ГОРЫ САНТА-МОНИКА, КАЛИФОРНИЯ

Конный туризм – идеальный способ «убежать от дел». На многих маршрутах захватывающие виды.



ОБЩАЯ ДОРОГА

На пути вам могут встретиться другие люди, например велосипедисты и пешеходы. Помните, по вам судят обо всех всадниках, будьте вежливы к тем, кто встречается на вашем пути. Благодарите, если вам уступают дорогу, и будьте терпимы и терпеливы. Не бросайте мусор на дорогу и придерживайтесь проторенных троп, чтобы уменьшить эрозию почвы. На привале подумайте о деревьях и кустарниках – не позволяйте лошади грызть кору и корни.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

Лучшая одежда – рубашка с длинными рукавами, защищающими о солнца и ветвей; удобные джинсы, брюки для верховой езды или бриджи; обувь, поддерживающая лодыжку; безопасный шлем. На всякий случай возьмите мобильный телефон и аптечку первой помощи.

СОВЕТЫ ТУРИСТУ

ТРУДНОСТЬ	КАК ЕЁ ПРЕОДОЛЕТЬ
Вода	Выберите самый безопасный путь переправы; двигайтесь вперёд целеустремлённо, но осторожно.
Лёд	Не ездите быстрее, чем необходимо; не работайте корпусом резко.
Скалы	Двигайтесь медленно; будьте внимательны и помогите лошади выбрать самый безопасный путь.
Лошадь понесла	Сидите ровно; ритмично набирайте и отдавайте один повод; заверните на круг.
Лошадь шарахается	Уверенно двигайтесь мимо пугающего предмета; привлеките внимание лошади к себе.



СТРАНА НАВАХО

АРИЗОНА И ЮТА, ЗАПАД США

Штаты Аризона и Юта известны великолепными разноцветными пустынями, которые были – и остаются – домом для индейцев. Для всадников, которые ищут возможность увидеть культуры прошлого и хотят на несколько дней убежать от современной цивилизации, эти места – прекрасный способ увидеть дикую Америку.

НЕТРОНУТАЯ АМЕРИКА

Страна навахо в Аризоне и Юте, названная в честь индейцев навахо, которые и поныне живут здесь. известна крутыми красными горами и тяжёлым грунтом. Хотя путешествие гарантирует удивительные виды, оно достаточно трудно. Выжженная солнцем земля неудобна для верховой езды, а опытные всадники могут подняться в предгорья и быть готовыми к крутым склонам. Американская порода квотерхорс известна своим добронравием и универсальностью, она идеальна для этого разнообразного ландшафта.



ДРЕВНИЕ ПОСЕЛЕНИЯ В СКАЛАХ

В Стране Навахо есть разрушенные поселения древних людей Анасази, датируемые 900 г. до н. э.

КАНЬОН ДЕ ШЕЛЛИ

К радости всадников, которые любят скорость, равнины хорошо подходят для галопа, но путь в горах и каньонах для них будет раздражающе медленным.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Преимущественно квотерхорсы

СНАРЯЖЕНИЕ Для вестерна

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Средний и выше

ЖИЛЬЁ Палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Сложный: часто крутые склоны, сухой и тяжёлый грунт

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА Май или сентябрь



ПОЛУОСТРОВ ГАСПЕ

КВЕБЕК, ВОСТОЧНАЯ КАНАДА

Полуостров Гаспе – идеальное место для всадников среднего уровня, которые хотят наслаждаться разнообразием прекрасных видов дикой природы, не жертвуя при этом домашним уютом. Есть много возможностей увидеть эти места, путешествуя от гостиницы к гостинице, где вы сможете отдохнуть с комфортом после дня в седле.

ЛЕСА И ОЗЁРА

На полуострове Гаспе вы можете проехать по разнообразным ландшафтам: подъём по холмам даёт впечатляющие виды, побережье – прекрасный выбор для опытных всадников, бескрайние луга – для резвого галопа. Вы также можете проехать по долине реки Тартигу до реки Петшедэ, где можно остановиться попастись, если позволит погода. Канадские лошади универсальны и известны своей силой и спокойным нравом.

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПАРК

В парке Гаспези проложено более 100 км живописных маршрутов с прекрасными видами гор, озёр, лесов и рек.



НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Квотерхорсы и канадские

СНАРЯЖЕНИЕ Преимущественно для вестерна

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый средний и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы и частные дома

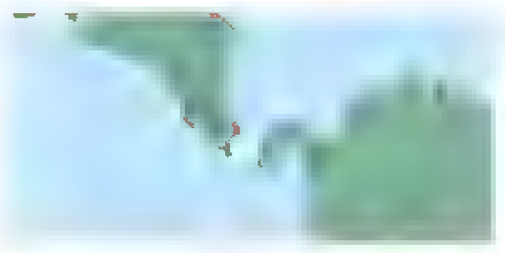
ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: леса, крутые тропы, луга

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С июня по октябрь



КРАСКИ ОСЕНИ

Часть маршрута проходит по старым лесозаготовительным путям через кленовые и сосновые леса. Клёны пылают осенними красками.



ПОБЕРЕЖЬЕ ТИХОГО ОКЕАНА

ЗАПАДНАЯ КОСТА-РИКА

Западное побережье Коста-Рики изобилует обитателями тропических морей и разнообразием птиц, и это прекрасное место для езды по побережью в тёплом климате. Всадники могут ездить в малонаселённой провинции Гуанакасте на креольских лошадях, наблюдая за экзотическими животными.

ЕЗДИТЬ КРУГЛЫЙ ГОД

В Коста-Рике приятный климат для езды крутлый год, хотя всадникам, которые не хотят промокнуть, лучше избегать сезона дождей (с мая по ноябрь). Ландшафт в этом тропическом регионе преимущественно равнинный, и пляжи дают великолепную возможность для галопа. Местные креольские лошади очень выносливы, они интенсивно работают под седлом более 6 часов в день. Множество маршрутов охватывает более одной области Коста-Рики, предполагая чередование путешествий в седле и на автомобиле. Поездка верхом от Ла-Тринидад-де-Оротина в центральной части побережья до национального парка Гуанакасте не северо-западе – прекрасный способ узнать страну.

ВУЛКАН АРЕНАЛЬ

Подъём ва вулкан Ареналь (один из самых активных вулканов мира) – ни с чем не сравнимый опыт верховой езды.



ВЕРХОМ ПО ПЛЯЖУ

Некоторые поездки проходят по пляжу, и всадники могут искупаться в тёплых водах Тихого океана вместе с лошадьми.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Креольские/Арабские и квотерхорсы

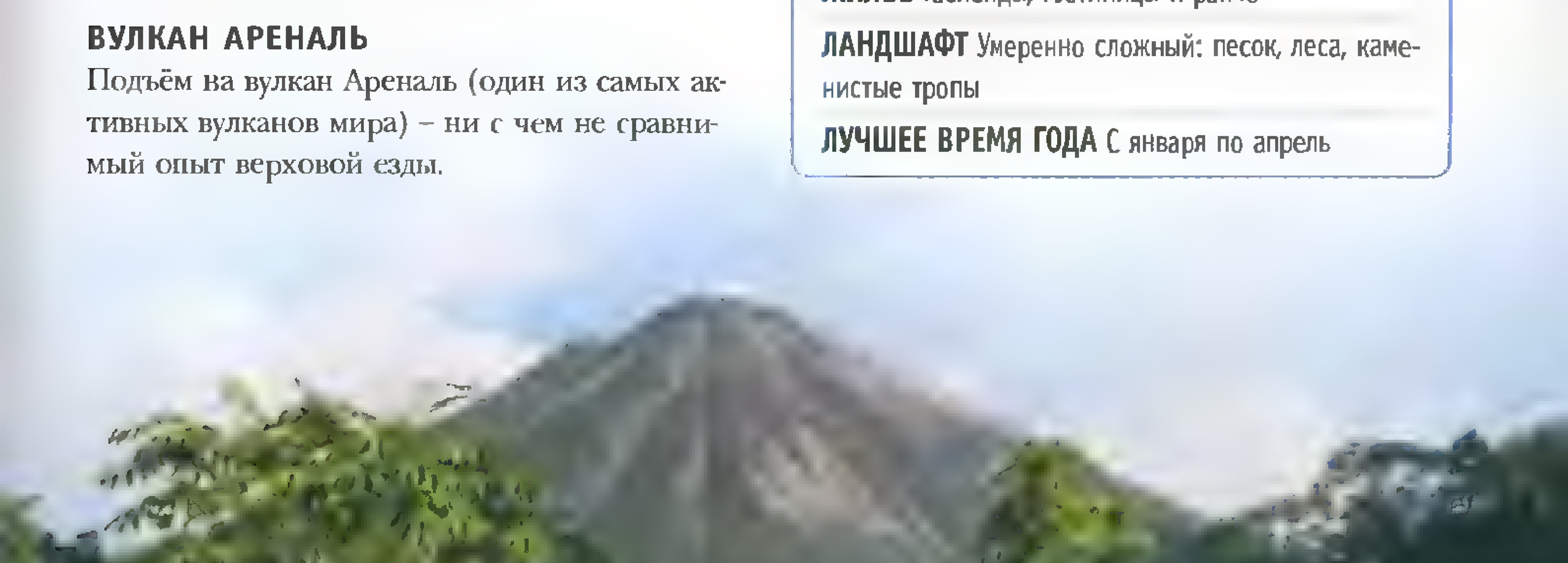
СНАРЯЖЕНИЕ Английское, вестерн, австралийское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Средний и выше

ЖИЛЬЁ Гасиенды, гостиницы и ранчо

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: песок, леса, каменистые тропы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С января по апрель





ПАТАГОНИЯ

ЮЖНАЯ АРГЕНТИНА

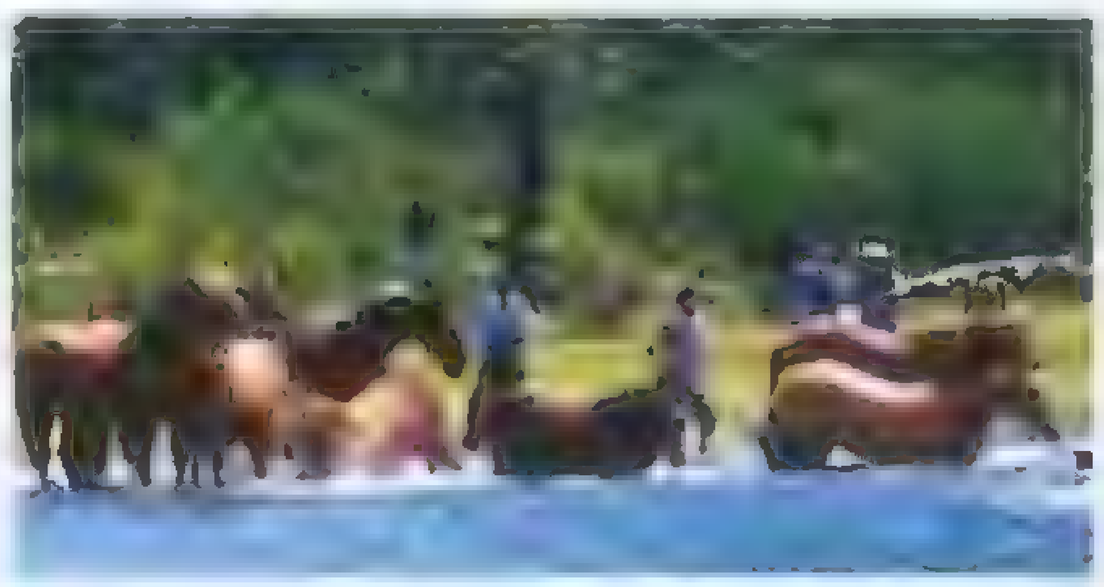
Хотя ковбои Северной Америки ушли в прошлое, аргентинские ковбои, более известные как гаучо, до сих пор играют важную роль в сельском хозяйстве страны. Их характерные пончо и шейные платки напоминают о сельскохозяйственном прошлом Аргентины и роли лошади в сельской жизни страны.

ТРАДИЦИИ ГАУЧО

Всадники, которые хотят узнать вековой уклад жизни гаучо и их традиции, могут путешествовать с ними через Анды в Западной Аргентине. Маршруты могут проходить к заснеженным пикам Анд, по региону Тьерра-дель-Фуэго, где встречаются Атлантический и Тихий океаны, через головокружительные каньоны. Местность прекрасно подходит тем, кто уже имеет небольшой опыт верховой езды и хочет пожить, как гаучо, среди впечатляющих ландшафтов. Те, кому нравится скорость, могут быть расстроены крутыми склонами и медленной скоростью, но большинство дней ознаменуются многими часами в седле.

ГАУЧО ПАТАГОНИИ

Гаучо – символ истории Аргентины. Ранние гаучо, «странствующие по пампе», не имели ничего, кроме коня и длинного ножа – *факона*.



КРЕОЛЬСКИЕ ЛОШАДИ

Аргентинцы особо гордятся национальной креольской породой, которая славится крепостью, быстротой и лёгкостью в управлении.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Креольские

СНАРЯЖЕНИЕ Южноамериканское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый новичок и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы и палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Сложный: много крутых склонов и каменистых троп

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С декабря по апрель





КЬЁЛЮР

ИСЛАНДИЯ

Здесь вы сможете прикоснуться к истории: исландская лошадь – чистокровный потомок лошадей викингов, дошедший до нас сквозь века. Маршрут по области Кьёлюр уносит всадников тёльтом через всю Исландию, давая редкую возможность попробовать уникальные аллюры этой некрупной, но выносливой лошади.

ЛЕДНИКИ И ПУСТЫНИ

Маршрут через Кьёлюр проходит по старинному исландскому торговому пути через горы центральной части страны. Вы можете ехать от Скага-фьорда на севере до Рейкьявика на юге или наоборот. Вы получите массу впечатлений, много возможностей для галопа и переправ верхом. Следовательно, это маршрут не для новичков. Жить вы скорее всего будете в сельских и горных хижинах и маленьких гостиницах – они уютные, но без излишней роскоши. Стоит запланировать визит на Ландсмот – исландское национальное конное шоу, которое проходит в конце июня – начале июля.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Исландские

СНАРЯЖЕНИЕ Английское и исландское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Средний и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы и горные хижины

ЛАНДШАФТ Различный: равнины, пустыни и каменистые тропы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С июня по сентябрь

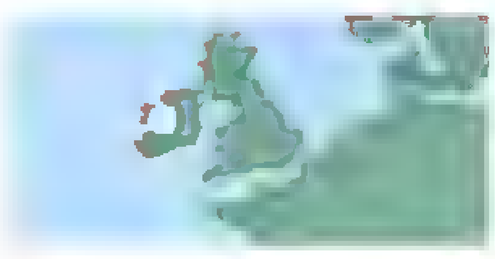
ИСЛАНДСКИЕ ЛОШАДИ

Исландские лошади известны свои тёльтом – аллюром с устойчивым ритмом, очень приятным для всадника.



ВПЕЧАТЛЯЮЩИЙ ЛАНДШАФТ

Маршрут разнообразен в разных частях страны – от ледников и вулканов [illegible]тынь гейзеров и зелёных полей.



АТЛАНТИЧЕСКОЕ ПОБЕРЕЖЬЕ

ГРАФСТВО СЛАЙГО, ЗАПАДНАЯ ИРЛАНДИЯ

Любовь ирландцев к лошадям известна во всём мире, и северо-запад Слайго обладает великолепными возможностями для конного туризма. Благодаря близости Атлантического океана всадники, посещающие этот край, могут наслаждаться изумительным прибрежным ландшафтом с прекрасными горами и роскошными лесами.

НЕТРОНУТАЯ ПРИРОДА

Ландшафт графства Слайго разнообразен и подходит для всадников любого уровня. Проезжая по скотопрогонным тропам, холмам и лесам, вы погрузитесь в мир сельской Ирландии, а бескрайние тихие пляжи идеальны для стремительной скачки. Жильё разнообразно, поэтому вы можете быть уверены, что вам будет комфортно. По желанию вы можете совместить поездку с сельскохозяйственной и конной выставкой в Гуртине, которая проходит в конце августа, там проходит турнир по конкуру и другие мероприятия.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Преимущественно ирландские гунтеры

СНАРЯЖЕНИЕ Английское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

ЖИЛЬЁ Пансион

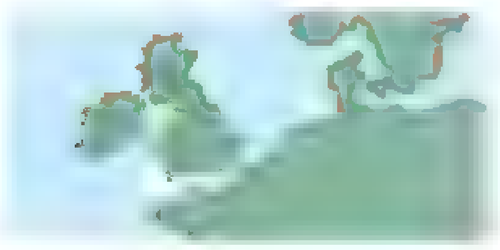
ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: песок, луга и леса

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С июля по август

УНИВЕРСАЛЬНЫЕ ЛОШАДИ

Ирландские гунтеры выносливые и мощные. Они подарят вам и длительные прогулки в горах, и стремительный галоп по пляжу.





ДАРТМУР

ДЕВОН, ЮГО-ЗАПАД ВЕЛИКОБРИТАНИИ

Путешественник, проезжающий по юго-западу Англии, попадает на родину дартмурских пони. Дартмур – крупнейший массив дикой природы в Англии. Каменистые и болотистые пастбища, на которых можно ездить верхом, простираются на более чем 800 км².



БЕСКРАЙНИЕ ВЕРЕЩАТНИКИ
В Дартмуре преобладают верещатники с мягкими торфянистыми почвами, перемежающиеся скалистыми выходами и болотами.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Ирландские гунтеры и другие породы

СНАРЯЖЕНИЕ Английское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

ЖИЛЬЁ Пансион

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: верещатники, холмы и тропы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С марта по сентябрь

ПЕРЕСЕЧЁННАЯ МЕСТНОСТЬ

Дартмур у всех конников ассоциируется с лошадьми: это родина легко узнаваемых очаровательных дартмурских пони. Всадники любого уровня могут ездить в Дартмуре без ограничений. Большие пространства сенокосов и песчаных троп дают много возможностей для галопа. Всадники, желающие улучшить прыжковые навыки, могут преодолевать многочисленные естественные препятствия, например небольшие ручьи. Английская погода славится своей непредсказуемостью, в Дартмур лучше ехать летом.

ДАРТМУРСКИЕ ПОНИ
Популяция этих благородных пони находится под непрерывным наблюдением, поскольку их численность невелика и колеблется.



ПРОВАНС

ЮЖНАЯ ФРАНЦИЯ

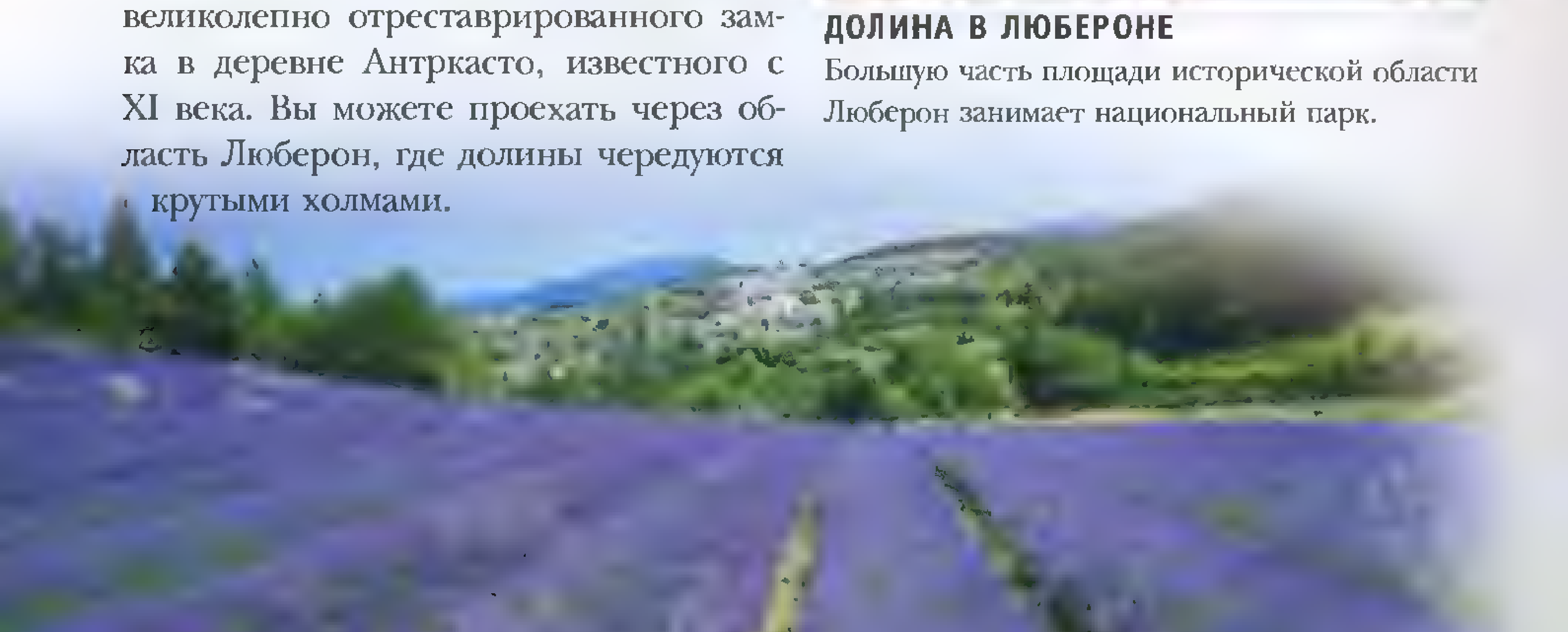
Удивительные пейзажи Прованса, расположенного на солнечных берегах Средиземного моря на юге Франции, производят более сильное впечатление, если вы едете в седле. Лето здесь жаркое, но не изнурительное, – эти места словно специально созданы для неспешного отдыха в седле.

ПОЛОГИЕ ХОЛМЫ

Прованс – идеальное место для новичков. Ландшафт преимущественно равнинный, с лугами, холмами и лесами. Многочисленные конные центры дают возможность совершать однодневные и двухдневные выезды, предоставляют место для ночлега. Здесь можно ездить на лошадях разных пород – от известных уверенной поступью камаргских до сильных и общительных французских селей. У Прованса богатая история, и вы можете чередовать верховую езду с посещением многочисленных замков, например великолепно отреставрированного замка в деревне Антркасто, известного с XI века. Вы можете проехать через область Люберон, где долины чередуются крутыми холмами.



ДОЛИНА В ЛЮБЕРОНЕ
Большую часть площади исторической области Люберон занимает национальный парк.



НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Французский сель и другие породы

СНАРЯЖЕНИЕ Английское

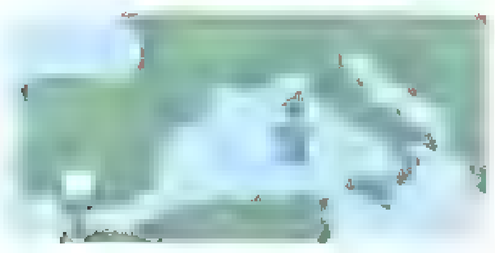
УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

ЖИЛЬЁ Фермы и домики для гостей

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: луга, холмы и леса

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С апреля по октябрь

ПОЛЯ ЛАВАНДЫ
В этом солнечном крае вы в изобилии встретите лавандовые поля, виноградники и оливковые рощи.



АНДАЛУСИЯ

ЮЖНАЯ ИСПАНИЯ

Андалусия – область в южной Испании с сильными традициями верховой езды. Многие годы испанские фермеры тренировали андалусских лошадей в стиле вакеро (для пастушеской работы). Поход по этим местам – прекрасный способ узнать работу и жизнь южной Испании.

БОЛЬШОЕ РАЗНООБРАЗИЕ

Андалусия предлагает огромное разнообразие ландшафтов и вариантов отдыха в седле. От скалистых гор Сьерра-Невада и Лас-Альпухаррас до песчаных маршрутов по побережью Атлантики и Средиземного моря – каждый найдёт что-то для себя. Андалусские лошади известны управляемостью и послушанием и удобны в езде. Любители лошадей, желающие увидеть энергию испанской фиесты и посмотреть на лучшие образцы искусства верховой езды, выбирают время, чтобы посетить конную ярмарку в Хересе в первую неделю мая.



КОННАЯ ЯРМАРКА В ХЕРЕСЕ

Конная ярмарка в Хересе – одно из самых известных событий в конном мире, там проходят турниры по драйвингу, выездке и пробегам.

ДЕРЕВНЯ АЛОРА

У вас есть возможность посетить многочисленные городки и деревни, представляющие исторический интерес, например в деревне Алора церковь есть XVII века и разрушенный мавританский замок.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Андалусские

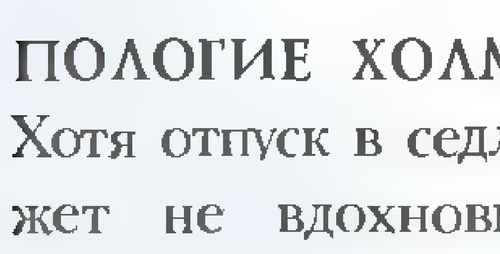
СНАРЯЖЕНИЕ Английское и испанское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: горные тропы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С апреля по октябрь



ТОСКАНА

ЦЕНТРАЛЬНАЯ ИТАЛИЯ

Тоскана известна прекрасными сельскими пейзажами и богатой конной жизнью. Очаровывающие ландшафты с волнистыми холмами, лугами, лесами и реками, прекрасная кухня, отличное вино и дружба с другими любителями лошадей сделают даже недельный отдых незабываемым.

ПОЛОГИЕ ХОЛМЫ

Хотя отпуск в седле в Тоскане может не вдохновить любителей приключений, история этого района делает его идеальным для тех, кто хочет совместить верховую езду и другие виды отдыха. В большинстве случаев вы останавливаетесь в одном из многочисленных конных центров, совершая ежедневные прогулки по окрестностям. Местные лошади маремма сильны и надёжны, они традиционно использовались пастухами.



ПАРАД ПЕРЕД ПАЛИО

Скачки Палио ежегодно проходят в Сиене 2 июля и 16 августа, это уникальное зрелище. которое грех пропустить.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Маремма

СНАРЯЖЕНИЕ Английское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

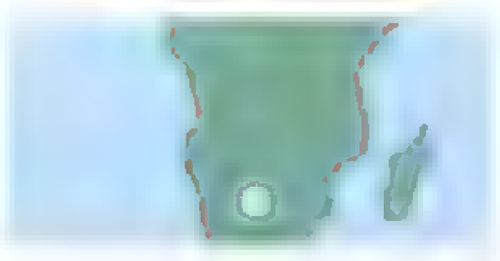
ЖИЛЬЁ Гостиницы и домики для гостей

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: луга и леса

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С апреля по сентябрь

ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ

Вы сможете увидеть средневековые церкви, замки и аббатства и попробовать известные тосканские вина кьянти.



ДЕЛЬТА ОКАВАНГО

СЕВЕРНАЯ БОТСВАНА

Дельта Окаванго – крупнейшая внутренняя дельта в мире. Сеть озёр и болот, перемежающихся затопляемыми равнинами, занимает площадь более 17 000 км² на краю пустыни Калахари. Это дом для многих диких животных, в том числе хищных, копытных и экзотических птиц.

НАБЛЮДАТЬ ЗА ПРИРОДОЙ

Поход с проводником по дельте – фантастический опыт верховой езды для опытных всадников, которые хотят приблизиться к природе. Это не место для новичков. Хотя затопляемые равнины – прекрасное место для галопа, всадник должен быть всегда внимательным, поскольку в дикой природе таится много опасностей – встреча с раздражённым слоном или стадом буйволов. Однако преимущества похода по дельте Окаванго очевидны. В мире не так много мест, где всадники могут увидеть зебр, гну и жирафов в естественной среде. Самые жаркие месяцы – октябрь, ноябрь и декабрь, с мая по сентябрь тянется сезон дождей. Это время не рекомендуется для тех, кто недостаточно опытен, чтобы ездить по глубокой воде.

НАБЛЮДЕНИЯ ЗА ЖИВОТНЫМИ

Лошади привыкли к присутствию диких животных и, если опасности нет, будут рады остановиться, пока вы наблюдаете за природой.



НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Бурский пони и верховые лошади

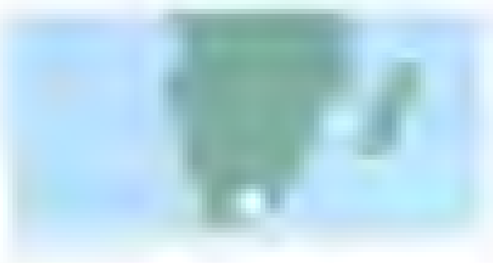
СНАРЯЖЕНИЕ Английское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый средний и выше

ЖИЛЬЁ Палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Сложный: затопляемые равнины

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА Март и апрель



ПРОВИНЦИЯ ЛИМПОПО

СЕВЕРО-ВОСТОК ЮАР

Конный туризм в Южной Африке – возможность совместить захватывающий опыт верховой езды с удовольствием понаблюдать за местной фауной: встретиться лицом к лицу с белым носорогом, величественным жирафом или табуном зебр.

ДОМ ДИКОЙ ПРИРОДЫ

Ландшафты провинции Лимпопо разнообразны: от нетронутых саванн кустарниковых вельдов, пастбищ и болот до впечатляющей горной цепи Ватерберге. Пастбища прекрасно подходят для быстрой скачки, но в горах следует передвигаться медленно. С октября по март здесь жарко, часты грозы, но климат Южной Африки благоприятен для верховой езды круглый год. Местные бурские пони известны спокойным нравом, выносливостью и уверенной поступью.



КОНГОНИ (КОРОВЬЯ АНТИЛОПА)

В национальных парках Крюгер и Маракеле можно увидеть многих животных: например бородавочников, конгони и других антилоп.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Арабские и бурские

СНАРЯЖЕНИЕ Английское и австралийское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый новичок и выше

ЖИЛЬЁ Домики, хижины и палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Умеренно сложный: равнины и пологие холмы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С июня по август

В ПОХОДЕ

Большинство всадников останавливаются в многочисленных конных центрах и домиках в провинции Лимпопо и совершают однодневные выезды или выезды с ночёвкой.



РАДЖАСТХАН

СЕВЕРО-ЗАПАДНАЯ ИНДИЯ

Расположенный на севере Индии Раджастхан полнится традициями и историей верховой езды. Город Джодхпур на западе Раджастхана дал английское название брюкам, в которых по сей день выступают жокеи (jodhpurs). Почвы Раджастхана разнообразны – на севере пески, на юго-востоке плодородные.

ПУСТЫНИ И ГОРЫ

В середине лета (с апреля по июнь) температура достигает 48 °C, в это время невозможно ездить верхом. Поэтому поездку лучше запланировать на ноябрь – это также время ярмарки Пушкар – самой большой ярмарки верблюдов в мире. Вы будете ездить на местных лошадях породы марвари, у которых уши загнуты внутрь и соприкасаются над головой. Они дружелюбны, но энергичны, считаются лёгкими в езде. Хотя ландшафт здесь преимущественно пустынный. он разнообразный: от захватывающих горных цепей до солёных озёр. Ездить здесь приятно, хотя любители скорости могут быть разочарованы мягким песчаным грунтом.



КРЕПОСТЬ КУМБХАЛГАРХ

Высоко на вершине холма стоит крепость Кумбхалгарх. В ней 360 храмов, и оттуда открывается потрясающий вид на холмы Аравалли.



ПОРОДА МАРВАРИ

Лошадь играет важную роль в жизни Раджастхана. На свадьбе жених обычно приезжает к дому невесты верхом.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Марвари

СНАРЯЖЕНИЕ Индийское «савар»

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый средний и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы и палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Разнообразный: пустыни и горы

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА Март и ноябрь



МОНГОЛИЯ

МОНГОЛИЯ

Немного в мире стран, где история так тесно связана с лошадью – возможно, первые домашние лошади появились в степях Евразии между 4500 и 2000 гг до н. э. Лошадь до сих пор главное транспортное средство в Монголии, особенно для кочевых семей, для которых лошадь – не только транспорт, но и символ социального статуса.

КОЧЕВОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Монголия даёт все возможности испытать кочевой образ жизни. Возможны разнообразные маршруты, от перехода через горы до походов по бескрайним степям, чтобы лучше узнать страну. Вы будете ездить на лошадях одной из древнейших пород мира – местных монгольских лошадях, отличающихся силой и выносливостью. Традиционное монгольское снаряжение – деревянные сёдла, украшенные большими серебряными бляшками, но большинство туристов использует более удобные английские или русские сёдла. Стоит запланировать посещение традиционного праздника Наадам. Это национальные спортивные игры Монголии, они ежегодно проходят в июле. Самое захватывающее событие фестиваля – скачка на 30 км по открытым пространствам, в них участвуют дети от 5 до 13 лет. Лошади-победители прославляются в стихах и песнях и занимают место в культурном наследии страны.



НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Монгольские

СНАРЯЖЕНИЕ Английское или русское

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Продвинутый новичок и выше

ЖИЛЬЁ Гостиницы и палаточные лагеря

ЛАНДШАФТ Различный: горы, степи и пастбища

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА Август и сентябрь

ОХОТА С ХИЩНЫМИ ПТИЦАМИ

Вековая традиция охоты с беркутами и соколами до сих пор практикуется монголами. В начале октября фестиваль охоты в провинции Баян-Улгий собирает лучших охотников и ловчих птиц.



ТАУПО

СЕВЕРНЫЙ ОСТРОВ, НОВАЯ ЗЕЛАНДИЯ

Конное сафари в Таупо на Северном острове Новой Зеландии даёт всадникам шанс познакомиться с одним из самых популярных мест страны. Маршруты проходят по удалённым районам, где живут разнообразные виды птиц, оленей и других копытных и даже есть два действующих вулкана – Нгаурухоэ и Руапеху.

ВУЛКАНИЧЕСКИЕ КРАТЕРЫ

Бескрайние просторы и холмы в районе Таупо располагают к длительному галопу, а всадники, интересующиеся работой традиционных новозеландских овечьих ферм, могут попробовать собирать овец в стадо или стричь их. Чаще всего в этом районе используются надёжные квотерхорсы, а разнообразный ландшафт означает, что всадники любого уровня смогут подобрать подходящий маршрут. Национальный конноспортивный центр Новой Зеландии находится в Таупо, и там в летние месяцы (с октября по март) часто проходят соревнования высокого уровня, включая Новозеландский чемпионат коннозаводчиков по конкуру в начале декабря.

ОЗЕРО ТАУПО

Пейзажи прекрасны и разнообразны, особенно горы с заснеженными вершинами, окружающие знаменитое озеро Таупо, а также гейзеры



РЕЗНЫЕ СТАТУИ НА ВОРОТАХ МАОРИ

В регионе Таупо вы можете посетить деревню маори и встретиться с резчиками по дереву, ткачами и музыкантами.

НЕОБХОДИМАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ЛОШАДИ Квотерхорсы и чистокровные

СНАРЯЖЕНИЕ Английское и для вестерна

УРОВЕНЬ ВСАДНИКА Новичок и выше

ЖИЛЬЁ Ранчо и хижины

ЛАНДШАФТ Разнообразный: луга, горы и дороги

ЛУЧШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА С октября по апрель

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Есть много специфических терминов, без знания которых трудно заниматься верховой ездой и понимать других конников. Ниже приведены самые распространенные понятия и определения, которые могут помочь вам в знакомстве с лошадьми.

Аллюр – способ движения лошади. Наиболее обычные аллюры: шаг, рысь, галоп и карьер.

Беззубый край (диастема) – промежуток между резцами и коренными зубами нижней челюсти лошади, на котором лежат удила.

Боковая плашка (flank billet) – ремень в задней части некоторых сёдел вестерн для прикрепления дополнительной *подпруги*.

Боковые движения – упражнения, во время которых лошадь движется вбок или вперёд и вбок; используются для развития равновесия, гибкости и послушания лошади.

Босáл (bosal) – плетёный сыромятный *капсюль*, прикрепляемый к *аголовью в стиле вестерн*. Он имеет каплевидную форму и заканчивается узлом (heel knot – «пяточный узел»), к которому крепится *мекáтей*.

Ботинки для верховой езды (jodhpur boots) – короткие ботинки без застёжек для верховой езды.

Ботинки ковбойские – прочные ботинки с каблуками для езды в стиле вестерн.

Ботинки рабочие (paddock boots) – короткие удобные ботинки для верховой езды и работы в конюшне на каждый день, обычно шнурках или молнии.

Брюки для верховой езды – брюки полной длины, которые можно носить с ботинками.

Бриджи – брюки для верховой езды длиной до лодыжки, их носят с сапогами или крагами.

В руках – демонстрация лошади в поводу, а не под верхом, преимущественно на *шоу*.

Вальтрап – толстая подкладка под седло.

Ведущая нога – передняя нога, которая на галопе выносится вперёд дальше.

Верёвочный недоуздок (горе halter) – недоуздок, используемый некоторыми всадниками вестерна, обеспечивающий больше контроля при работе в руках.

Воздушная прикуска – *дурная привычка*, выражающаяся в том, что лошадь ритмично заглатывает воздух в характерной позе. При этом в мозгу лошади выделяются эндорфины, и она получает удовольствие. Ср. *предметная прикуска*.

Выездка – тренинг молодой лошади, выработка реакции на средства управления; **также** соревновательная дисциплина, где выполняются сложные элементы.

Выезженная лошадь (bridle horse) – лошадь, выезженная в стиле вестерн, достигшая уровня, когда она хорошо реагирует на работу *мундштука*.

Высшая школа верховой езды – высшая форма *выездки*, когда лошадь выполняет школьные прыжки, изначально разрабатывалась для защиты кавалериста.

Галоп (кентер) – плавный трёхтактный аллюр.

Гимнастические препятствия – серия лежащих на земле жердей и небольших препятствий, используются для развития силы лошади и отработки техники прыжка лошади и всадника.

Гостевое ранчо – ферма на западе Северной Америки для отдыхающих, где гости могут ездить верхом и заниматься другими видами активного отдыха.

Дамская посадка – разновидность посадки на лошадь, возникшая в Средневековье, дама сидит в седле так, что её ноги располагаются с одной стороны седла.

Джог (jog) – разновидность рыси в вестерне. Характеризуется высокой степенью *сбора*, поэтому удобнее для всадника.

Дурная привычка – стереотип поведения, обычно приобретенный от скуки или как подражание другим лошадям, например, *предметная прикуска*, *кружение* или брыкание в деннике.

Естественные взаимоотношения (партнёрство) с лошадью (natural horsemanship) – система тренинга лошади без насилия, в которой тренер использует знания о природе лошади, язык тела и психологию лошади.

Естественные средства управления лошадью – части тела всадника, воздействующие на лошадь: шенкеля, руки, ягодицы и голос.

Жерди для преодоления рысью – лежащие на земле жерди, через которые лошадь проходит рысью; используются для обучения начинающих конкурной посадке и для стимулирования лошади выше поднимать ноги.

Жёсткая щётка – используется для удаления засохшей грязи и пота с шерсти лошади.

Застёжки попоны (cross-surcingles) – ремешки, с помощью которых попона закрепляется под животом лошади.

Затылочный (суголовный) ремень – верхняя часть оголовья, проходит за ушами лошади. В оголовье вестерна **затылочный ремень (headstall)** проходит вокруг головы лошади.

Защитный жилет – прочный жилет, уменьшающий последствия падения и защищающий внутренние органы всадника.

Импринт-тренинг – метод тренинга, при котором жеребёнку предъявляются различные раздражители в первые часы его жизни, чтобы дальнейший тренинг и уход в более позднем возрасте проходили легче.

Импульс – характеристика энергичности движения лошади; лошадь сильно отталкивается задней частью корпуса, но без увеличения скорости.

Иноходец – лошадь, способная двигаться *иноходью*. На бегах (бега иноходцев, или «пейсеров», популярны в США) используются специальные путы в верхней части ног (hobbles).

Иноходь – двухтактный аллюр с боковым опиранием: ноги лошади с каждой стороны движутся синхронно. Обычно результат тренинга, но бывает и врождённой.

Искусственные средства управления лошадью – приспособления для усиления действия *естественных средств управления лошадью*. Это шпоры, хлысты и *мартингалы*. Искусственные средства управления не должны замещать естественные и использоваться для наказания лошади.

Испуг – реакция лошади на пугающий объект, обычно она очень быстро отбегает в сторону.

Испытания лошадей (horse trials) – первоначальное английское название *троеборья*.

Капсюль – часть оголовья, ремень, охватывающий нос лошади. Некоторые разновидности, например, ганноверский капсюль, усиливают контроль, обычный капсюль застёгивают свободно.

Карьер (быстрый галоп) – быстрый четырехтактный аллюр, скорость до 70 км/ч.

Качка см. *ткачество*.

Кликер-тренинг – способ тренинга, при котором используется приспособление, издающие щелчки, отмечающие правильное поведение лошади.

Коваль – специалист по уходу за копытами лошадей и ковке.

Ковка – процесс расчистки копыт и прикрепления подковы.

Колокольчики – защитная обувь для лошади, имеют кольцевую форму, защищают венчик копыт передних ног от повреждений задними копытами.

Конкур – соревнования, предусматривающие преодоление маршрута с раскрашенными препятствиями.

Конный клуб – организация, занимающаяся тренировкой всадников и организацией соревнований; в Великобритании конные клубы входят в национальную организацию.

Контакт повода – связь со ртом лошади, которую всадник ощущает посредством *поводьев*; показывает хорошее взаимодействие всадник и лошади.

Контргалоп – *галоп*, при котором всадник просит лошадь двигаться *с наружной ноги*; используется для развития и демонстрации равновесия лошади.

Краги – заменители сапог на каждый день, надеваются с ботинками для верховой езды.

Кружение – дурная привычка, выражающаяся в том, что лошадь постоянно движется туда–обратно вдоль ограждения.

Крючок для расчистки копыт – крючок с тупым концом, используется для удаления грязи с копыт лошади.

Ладонь – мера длины, используемая в англоязычных странах для измерения лошадей; составляет 4 дюйма (10 см) и примерно равна средней ширине ладони.

Ленчик – внутренняя часть седла, определяющая его форму.

Лоуп (lope) – медленный, расслабленный галоп в вестерне, не утомительный для всадника даже при длительном движении.

Лошадь понесла – лошадь быстро скачет и не останавливается.

Маркеры – буквы, используемые для обозначения определённых точек *плаца*.

Мартингал – *искусственное средство управления лошадью*, используется для усиления контроля. Наиболее распространены охотничий и мёртвый мартингалы.

Медвежья качка см. *ткачество*.

Мекатей (mecate) – тяжёлая верёвка, прикреплённая к узлу *босала*, заменяет *поводья* или чумбур в вестерне.

Мёртвый мартингал (tie down) – мартингал в вестерне, ограничивающий поднимание головы лошади.

Многоаллюрные (gaited) лошади – лошади, которые умеют двигаться другими аллюрами помимо *шага*, *рыси* и *галопа*. Это свойство, по-видимому, врождённое, но развивается тренингом.

Мундштучное оголовье – оголовье с трензельным и мундштучным *грызлом*. Используется с 2 *поводьями*, даёт тонкий контроль и используется главным образом в *выездке* и *шоу*.

Мягкая щётка – используется для удаления пыли и грязи с шерсти лошади.

Рейнинг – тип соревнований в стиле вестерн, включает вращения и скользящие остановки.

Рептух – сетка для сена, верёвочная или нейлоновая; не даёт лошади есть слишком быстро есть, поскольку она вынуждена доставать сено небольшими порциями.

Рог (horn) – короткая «ручка» на *передней луке* седла для вестерна, появился из-за необходимости использовать лассо и иметь упор для удерживания бычка.

Рысь – двухтактный *аллюр*, при котором ноги лошади движутся диагональными парами.

Сайд-пасс (side-pass) – боковое движение в стиле вестерн, при котором лошадь перекрещивает ноги, двигаясь вбок.

Сайд-пулл (side-pull) – бестрензельная уздечка, действующая прямым давлением на нос лошади.

Связка препятствий – способ расположения препятствий так, что точка приземления с первого препятствия оказывается точкой отталкивания на второе.

Скребница – металлическое приспособление для чистки *щётки*. Резиновая скребница может использоваться для чистки особо загрязнённых участков шерсти лошади.

Скребок для пота – пластиковый или резиновый скребок, которым выжимают пот или воду с шерсти лошади.

Собранные аллюры – медленные, но знергичные аллюры, демонстрирующие высокую степень контроля и послушания лошади.

Спешиться – слезть с лошади.

Средние аллюры – *аллюры* с большим импульсом и слегка удлинённым махом.

Средства управления лошадью – совокупность всех средств общения всадника с лошадью; различают *естественные* и *искусственные средства управления*.

Стрелка – чувствительная мягкая V-образная часть подошвы копыта, смягчающая удары о землю.

Стремена – приспособления, дающие опору ступням всадника.

Стрижка – подстригание шерсти лошади, чтобы она не слишком потела при работе. Обычно состригают зимнюю шерсть, и поэтому на стриженую лошадь одевают попону.

Сушильная попона – лёгкая попона, испа*льзуемая* для согревания лошади, пока она сохнет; сделана из быстросохнущей ткани, проводящей влагу в воздух.

Схема – последовательность элементов, выполняемых на соревнованиях по выездке.

Тёльт – четырехтактный аллюр с боковым опиранием; свойственен исландской лошади.

Теплокровные» породы (hot bloods) – в англоязычной литературе – название верховых лошадей.

Ткачество (качка) – *дурная привычка*, выражающаяся в том, что лошадь стоит головой к двери денника и раскачивается из стороны в сторону.

Трек – вид спорта, основанный на конном туризме. Включает верховую езду по различной местности, открывание ворот и демонстрацию послушания лошади.

Троеборье – вид конного спорта; всадники и лошади соревнуются в *выездке*, *конкуре* и *полевых испытаниях*; существуют однодневные и трёхдневные соревнования.

Удила – часть снаряжения, находящаяся во рту лошади и служащая для контроля.

Уступка шенкелю – *боковое движение*, при котором лошадь движется через манеж вперёд и вбок.

Фаза подвисания – часть движения лошади, когда все её ноги не касаются земли.

Флемен – реакция лошади на необычный запах или вкус, особенно часто наблюдается у жеребца, почуявшего кобылу в охоте; лошадь поднимает верхнюю губу и принюхивается.

Хакамор – бестрензельная уздечка с жёстким капсюлем на носу лошади и цепочкой в подбородной ямке.

Холоднокровные лошади» (cold bloods) – название упряжных пород лошадей, принятое в англоязычной литературе.

Цинча (cinch) – *подпруга* седла для вестерна, закрепляющая седло на спине лошади.

Чистка – процесс удаления грязи с шерсти лошади, улучшает кровообращение и здоровье лошади.

Чухонец – высотное препятствие, вертикальный жердевой забор.

Шаг – самый медленный, четырёхтактный аллюр.

Широтное препятствие – препятствие, высота которого больше ширины, совершая прыжок, лошадь вытягивается.

Школа верховой езды – организация, занимающаяся обучением всадников.

Шлем для верховой езды – головной убор, обеспечивающий безопасность всадника, с креплением вокруг ушей и под подбородком, защищает голову всадника при падении.

Шоу – соревновательная дисциплина с множеством разновидностей: например, шоу одной породы или класса по высоте в холке, работа под седлом, охотничий класс, где оцениваются внешний вид лошади и её поведение. Лошадь представляют под седлом или *в руках*.

Щёчные ремии – ремни с каждой стороны оголовья, соединяющие *удила* и *затылочный ремень*.

ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА И САЙТЫ

Если вы собираетесь провести отпуск верхом, освоить английский стиль или вестерн, или интересуетесь местными конно-спортивными соревнованиями, обратитесь по этим адресам и вы найдёте всю интересующую вас информацию.

РОССИЯ

Институт коневодства
391105 Рязанская обл., Рыбновский район,
(0912)24-02-65, 24-05-39
e-mail: vniik@rinf.ryazan.ru
www.ruhorses.ru

Национальная Федерация лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта, н/п.
(095)198-77-69
123298, Москва,Тепличный пер., д.5, кв. 139

Федерация конного спорта России 119992, Москва, Г-270, Лужнецкая наб., 8, к. 426,
e-mail: efr@mastak.sitek.ru (095)234-32-28, 725-47-15 Факс: (095)234-32-27

Ассоциация драйвинга России
117036, Москва, пр.60-летия Октября, 21, к.2, кв. 18
тел. (095)719-02-94, факс: 979-05-06

Портал HORSE.RU
www.horse.ru

«Конное обозрение»
www.equestrian.ru

«Лошади. Кони. Конный спорт»
www.prokoni.ru

Информационное агентство Лошади.ruTM
www.loshadi.ru

«Путь ковбоя»
Русскоязычный сайт, посвящённый вестерну.
www.cowboyway.ru

Портал «Любителям верховой езды»
Большой каталог конных клубов по всей России и СНГ
nady.tendo.ru

Московский конноспортивный клуб инвалидов
117152, Москва, Загородное ш., д. 1, корп. 2
Проезд до станций метро Тульская, Ленинский Проспект.
Тел. +7(495) 781-4668

ВЕЛИКОБРИТАНИЯ И ИРЛАНДИЯ

British Equestrian Federation
National Agricultural Centre
Stoneleigh Park
Kenilworth
Warwickshire CV8 2RH
Website: www.bef.co.uk
Telephone: 02476 698871
Email: info@bef.co.uk

С британской конноспортивной федерацией связаны следующие организации:

ASSOCIATION OF BRITISH RIDING SCHOOLS
Queen's Chambers
38/40 Queen Street
Penzance
Cornwall TR18 4BH
Website: www.abrs.org
Telephone: 01736 369440
Email: office@abrs.org

BRITISH DRESSAGE
Website: www.britishdressage.co.uk
Telephone: 02476 698832
Email: office@britishdressage.co.uk

BRITISH EVENTING
Website: www.britisheventing.com
Telephone: 02476 698856
Email: info@britisheventing.com

BRITISH HORSE DRIVING TRIALS ASSOCIATION
Website: www.horsedrivingtrials.co.uk
Telephone: 02476 303339
Email: bhdta@horsedrivingtrials.co.uk

BRITISH HORSE SOCIETY
Website: www.bhs.org.uk
Telephone: 08701 202244
Email: enquiry@bhs.org.uk

BRITISH REINING
Website: www.britishreining.com
Email: council@britishreining.com

BRITISH RIDING CLUBS
Website: www.bhs.org.uk
Telephone: 08701 202244
Email: enquiry@bhs.org.uk

BRITISH SHOW JUMPING ASSOCIATION
Website: www.bsja.co.uk
Telephone: 02476 698800
Email: bsja@bsja.co.uk

Endurance GB
Website: www.endurancegb.co.uk
Telephone: 02476 698863
Email: enquiries@endurancegb.co.uk

NATIONAL FEDERATION OF BRIDLEWAY ASSOCIATIONS
Website: www.rightsofway.org.uk
Email: nfba@rightsofway.org.uk

RIDING FOR THE DISABLED
Lavinia Norfolk House
Avenue R
Stoneleigh Park
Warwickshire CV8 2LY
Website: www.riding-for-disabled.org.uk
Telephone: 0845 658 1082
Email: info@rda.org.uk

WESTERN EQUESTRIAN SOCIETY
Website: www.wes-uk.com

EQUESTRIAN FEDERATION OF IRELAND
Kildare Paddocks
Kill County Kildare
Ireland
Website: www.horsesport.ie
Telephone: +353 45 886678
Email: efi@horsesport.ie

С ирландской конноспортивной федерацией связаны следующие организации:

ASSOCIATION OF IRISH RIDING CLUBS
Website: www.airc.ie
Telephone: +353 818 270227
Email: info@airc.ie

DRESSAGE IRELAND
Website: www.dressageireland.ie
Telephone: +353 59 9771728
Email: info@dressageireland.ie

EVENTING IRELAND
Website: www.eventingireland.com
Telephone: +353 45 886674
Email: headoffice@eventingireland.com

IRISH PONY CLUB
Website: www.irishponyclub.ie
Telephone: +353 56 8832966
Email: ponyclub@iol.ie

RIDING FOR THE DISABLED ASSOCIATION
Website: www.rdai.org
Email: rdaisecretary@eircom.net

SHOW JUMPING ASSOCIATION OF IRELAND
Website: www.sjai.ie
Telephone: +353 45 842300
Email: info@sjai.ie

EQUESTRIAN FEDERATION OF AUSTRALIA
Postal address:
PO Box 673
Sydney Markets, NSW, 2129
Australia
Website: www.efanational.com
Telephone: +61 2 8762 7777

RIDING FOR THE DISABLED ASSOCIATION OF AUSTRALIA INC
Postal address:
PO Box 2410
Werribee, Victoria, 3030
Australia
Website: www.rda.org.au

NEW ZEALAND EQUESTRIAN FEDERATION
Level 4, 3–9 Church Street
PO Box 6146
Wellington
New Zealand
Website: www.nzequestrian.org.nz
Telephone: +61 2 8762 7777

NEW ZEALAND RIDING FOR THE DISABLED ASSOCIATION
Postal address:
PO Box 58–110
Whitby, Porirua
New Zealand
Website: www.rda.org.nz

МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ КОННОГО СПОРТА (FEI)
FÉDÉRATION ÉQUESTRE INTERNATIONALE
Av. Mon-Repos 24
PO Box 157, 1000 Lausanne 5
Switzerland
Международная федерация конного спорта регулирует все конноспортивные соревнования во всём мире.
Website: www.horsesport.org
Telephone: +41 21 310 47 47

МЕЖДУНАРОДНАЯ ЛИГА ЗАЩИТЫ ЛОШАДЕЙ
Anne Colvin House
Snetterton, Norfolk NR16 2LR
United Kingdom
Благотворительная организация, основанная для защиты, реабилитации лошадей по всему миру и поиска мест жительства для них. Занимается также прокатом лошадей.
Website: www.ilph.org
Telephone: 08708 701927
Email: hq@ilph.org

Указатель

А
Аллюры 23, 38, 112, 141-159
– сложные 158
Американская ассоциация квотерхорсов 246
Английский стиль 124-211
Андалусия 325
Анна, королева 21
Ашалуза 21, 23
Аптечка первой помощи 285
Аргентина 320
Аризона 317
Ассиметрия функциональная 198
Ахалтекинская порода 19

Б
Бадминтон 282
Байерли Тёрк 20
Балдишг 56
Банкеты 197
Баскюль 186, 188, 191
Безопасность 86, 87, 90, 102, 119, 120, 157, 202, 208, 271
Бинтование ног 63
Бинтование хвоста 270
Бинты 62, 63
– конюшенные 97
Благополучие лошади 124
Боковые движения 174-177, 242
Босал 77
Бота 23
Ботинки 49
Ботсвана 327
Брамби 28
Бриджи 44, 49, 50
Брюки для верховой езды 44, 49
Букле 170
Быстрый галоп см. карьер
Бэк-ап 298, см. также Осаживание в рейнинге

В
Вакеро 23
Вальтрап 45, 62, 78, 78, 276
Ватничек 63
Вежливость 157, 208, 316
Великобритания 323
Верховая езда – виды 104
Вестерн 104, 211-257, 291-305
– соревнования 291
Ветеринарный осмотр 84, 86, 96, 97
Взаимодействие с другими всадниками 163
Внешний вид лошади и всадника 288, 303
Вуздывание 80
Вождение в поводу 86
Воздушная прикуска 31
Вольтижировка 261, 288
Вольты 168, 169
Вомероназальный орган 35
Ворота – открывание и закрывание 204
Воспитание лошади 33
Восходящий оксер 277
Восьмёрки (фигуры) 169
Вращение (спин) 254, 296
– в квадрате из жердей 294
Вредные привычки (лошади) 31
Вскидывание головы 199
Вставки в стремена 57
Вулкан Ареналь 319
Выездка 20, 21, 22, 104, 259, 261, 274
Выезженная лошадь 214
Высшая школа 21, 22, 104

Г
Галоп 23, 38, 112, 150, 152, 195, 202, 236, 250, 274
– быстрый см. карьер
– полевой 152, 153
– прибавленный 152
– рабочий 152, 153
– сложные разновидности 159
– собранный 152, 153
Галстук 50, 51
Ганаш 26
Гаучо 320
Гафлингер 12
Гематомы 96
Генрих VIII 22
Гибкость (всадника) – развитие 116
Гимнастические прыжки 190
Гладкие скачки 156
Годольфин Барб (Арабиан) 20
Горы Санта Моника 316
Гостевые ранчо 314
Графство Слайго 322
Грунт 162, 209, 246, 280, 284, 287
Грызло 45, 59
Грюнсвен А. ван 181
Гуанакасте 319
Губки 89, 285
Гунтер 288
– ирландский 322, 323
Гэг голландский 60

Д
Дарлей Арабиан 20
Дартмур 323
Движение вместе с лошадью 112
Движение галопом 152
Движение по дорогам 208
Движение по кругу 198
Движение прямолинейно 198
Движение рысью 146
Движение шагом 134, 224
Двойное препятствие 278
Девон 323
Дельта Окаванго 327
Джимхан 215
Джог 234, 293
Джодхпур 329
Дистанционные пробеги 289
Дисциплины вестерна 291
Доминирование 41
Дороги 208
Драйвинг 21, 261
Дуги (фигуры) 171
Дурные привычки см. Вредные привычки

Е
Езда без прыжков 105
Езда в поле 201-205
Езда в стиле вестерн (как дисциплина) 298
Езда в экипажах 21
Езда по пляжу 107
«Ездой налево» (направо) 165
Екатерина Медичи 19
Естественные взаимоотношения с лошадью 33

Ж
Жерди 162
Жесты (благодарность и др.) 208
Живые изгороди 209
Жилет защитный 49, 50, 52, 53, 194, 285

З
«За поводом» 166, 225
Закидка 278, 281
Замедление скорости 154
Замедление темпа 198
Занятия на корде 102, 164
Заплетание гривы 266, 276
Заплетание хвоста 266
Зацеп копыта 27, 35
Защита лошади 62
Защита ног лошади 297
Зебры 29
Зигзаг 283

И, Й
Иерархия 85
– в табуне 30
Изменение скорости 298
Импринт-тренинг 32
Импульс 148, 150, 154, 159, 166, 167, 172, 175, 177, 224, 225, 235, 237, 274, 287
Индия 329
Иноходь 39
Инстинкт «бегство или оборона» 29
Инстинкт табунный 29
Ирландия 322
Исландия 321
Испания 325
Использование корпуса 110
История верховой езды 16
Италия 326
Йегуа 31

К
Кавалерия 22
Кавендиш У. 22
Каменная стенка 277, 283
Канада 318
Каникулы на ранчо 308
Каньон Де Шелли 317
Капсюль 58, 59, 68
– типы 60
Карл II 20
Карьер 38, 156, 238
Катафоты 209
Качка 31
Квагга 29
Квебек 318
Квирт 220
Квотерхорс 21, 23, 218, 317, 318, 319, 331
Кентер 112, 150 см. также Галоп
Кликер-тренинг 33
Коб 288
Ковбои 23, 246, 314
«Ковбойская выездка» 298
Ковбойские дисциплины 304
Ковбойское троеборье 304
Колики 92
«Колокольчики» 63, 285
Командная пастьба 304, 305
Командная сортировка 305
Команды (для лошади) 132, 251
Команды тренера в манеже 165
Коневозка 32, 259. 270
Конкур 20, 21, 62, 104, 106, 113, 259, 261, 278-281. 285
- на чистоту 259, 278
– штрафные очки 281
Конкурный маршрут 262
Конная ярмарка 325
Конное сафари 331
Конные клубы 259, 308, 310
Конный поход 309. 313
– поход с вьюком 315
Конный спорт 20
- параолимпийский 261
Конный туризм 308, 316
Конных лагеря 308
Контакт с лошадью 143, 148, 152, 189, 195, 248
Контргалоп 180, 181
Контролируемый галоп 296
Контроль аллюров 289
Контроль лошади 103
Конюшня 109
Копыта 27
повреждения 210
- проверка 93
уход 90
- чистка 88
– чистка 91
Копытная стенка 90
Копытный крючок 88, 91, 285
Корд 102
Корма – виды 99
Кормление 98
Корпус (всадника) 110, 133, 136, 168, 188, 190, 214, 234, 237, 238
Коста-Рика 319
Краги 49
Крестовина 190
Крещение 152
Кровотечение – остановка 97
Круги 246, 274, 296, 298, 304
Кружение по деннику 31
Ксенофонт Афинский 33
Кувырки 121
Курсы верховой езды 308, 312
Кьёлюр 321
Кюртен Д. 20

Л
Левады 313
Ленчик 54
Лимпопо 328
Лоуп 236, 238, 246, 250, 293, 298
– через жерди 294
«Лошадь понесла» 203
Лошадь
– американская кудрявая 19
- арабская 18, 21, 319
- верховая 19
- верховая (хэк) 288
- дикая 28
- для туризма 316
- домашняя 16
- иберийская 23
- исландская 38, 321
- камаргская 28
– канадская 318
- креольская 319, 320
- липпицианская 22
– марвари 329
- маремма 326
- на войне 17
-- Пржевальского 28
- пугливая 203
– пустыни Намиб 19
- содержание в конюшне 84
- четвертьмильная см. Квотерхорс
– чистокровная 20, 21, 331
Люберон 324
Лягание 40

М
Манеж 161-183, 274
– разметка 162

Маремма 326
Маркеры в манеже 163
Мартингал 60
– мёртвый 61
– охотничий 61, 66
Маршрут тренировочный 197
Маршруты (на соревнованиях) 278
Масло копытное 88
Масти лошадей 27
Медвежья качка 31
Международная федерация конного спорта 246, 261
Международные соревнования 287
Мекатей 77
Мешка ног 181, 246. 248, 296, 298, 298, 304
Местные соревнования 259
«Мёртвые» препятствия 282
Мимика лошади 36
Мокрецы 265
Монголия 330
Мостик 295
Мундштук 60, 77, 215
Мундштучное оголовье 221
Мустанг 28
Мытьё лошади 263
Мытьё хвоста 263

Н

«На носочках» 158
«На переду» 152, 166, 225
«На свободном поводу» 296
Национальная ассоциация рейнинга 246
Национальный парке Гаспези 318
Начальное обучение 102, 127, 164
Недоуздок 41, 64, 68
– безопасность 65
– верёвочный 77
– кожаный 270
Нек-рейнинг 77, 214
Николсон Э. 287
Новая Зеландия 10, 308, 331
Ногавки 44, 62, 63, 276, 285, 297
Ногавки транспортные 270
Ноги – как поднять 90
Ноги – проблемы 97
Норикер 19

О

«Об искусстве верховой езды» 33
Обливание ноги 97
Обнос 197, 199, 278, 281
Обучение начальное 102, 127, 164
Обход лошади сзади 40
Общение лошадей 30, 85
Оголовье 45, 58
– в вестерне 76
– мундштучное 61, 77, 220
– надевание 68, 80
– снимание 69, 81
– трензельное 59, 220, 229
– хранение 58
Одежда 44, 49
– вестерн 72
– для выездки 51
– для соревнований 50, 299
– для шоу 73, 292
Одомашнивание лошади 16
Оживлённые трассы 208, 259
Органы чувств лошади 34
Ориентирование 289
Осаживание 172
– в рейнинге (бэк-ап) 256
Ослабление воздействия 166
Остановка 135, 172, 246, 274, 298
– с шага 226
Остановка кровотечения 97
«Отдать повод» 169, 227
Отметины 27
Отпуск в седле 105
Отшагивание 92
Охотничий класс 283
Оценка на соревнованиях 275, 296, 299

П

Падения 120, 211, 281
Память лошади 32
Пансион 313
Параллельные брусья 277
Параолимпийский конный спорт 261
Парелли П. 33
Партнёрство с лошадью (соревнования) 268, 298
Пасо 39
Патагония 320
Паттерн см. Схема рейнинга
Паттерн-ивентс 298
Пеллье Ш. 19
Пелям 60
Первая помощь всаднику 211
Первая помощь лошади 96
Перегон скота 315
Переломы 96
Перепрыжка 278
Переход
– с рыси в галоп 150
– с галопа в рысь 154
– с рыси на шаг 148
– с шага в рысь 144
Переходы 274
Перуанский пасо 39
Перчатки 44, 49, 50
Петли 168
Пинто 23
Пластрон 50, 51
Плежэ см. Прогулочная езда
Плетение косичек 267
«Плечом внутрь» 176
«Плечом вперёд» 174
Плоские подковы 251
«По головному» 165
Поведение лошади – проблемы 198-199
Поведение рядом с лошадью 40
Поводья 136, 168, 253, 285
– длина 221
– «мостиком» 220
– перекрещенные 220
– раздельные 220
Повороты 136, 198, 228, 298
– на задних ногах 178
– на передних ногах 178
Повреждения
– кожи 265
– копыт 210
– снаряжения 210-211
Погрузка лошади в коневозку 271
Подгонка стремян 129
Подготовка всадника 118
Подготовка к соревнованиям 262
Подготовка лошади (на соревнованиях) 285
Подкова 17
потерянная или ослабшая 210
– типы 91

Подковные шипы 196. 280, 285
Поднимание ног лошади 90
Подпруга 45, 55, 56, 57, 66, 67, 78, 128, 211
– подтягивание 129
Подтягивание стремян 139
Подъём 202
Поездка на соревнования 270
Поение лошади 98
Поимка лошади 64
Полевая езда 201-205
Полевая посадка 125
Полевые испытания 194. 259, 283, 285, 289
Поло 21, 104, 259, 288, 289
Полоска за ушами 269
Полувольт 180
Полуодержка 154, 158
Полуостров Гаспе 318
Полушаг-полурысь 225
Пони 19, 27, 112, 266, 288
– бурский 327, 328
– дартмурский 323
Поощрение лошади 41, 133, 134, 166
Попона 92, 94
– виды 95
– надевание 94
– снимание 95
– сушильная 262, 265, 270, 285
– тренировочная 262
– флисовая 265, 270
Породы лошадей 18
Посадка 110, 112, 130, 199, 222
– амазонки 19
– конкурная 188, 190
– полевая 125. 153. 156. 195
– правильная 217
Посадка на лошадь 128, 218
Послушание 246
Постановление 168, 176, 181
Посыл 152, 154, 198. 228. 246
– шенкелем см. Шенкель
Потеря контроля над лошадью 199
Потерянная подкова 210
Потник 45, 62, 66, 276
Потребности лошади 84
– в общении 85
– в пище 98
Правила кормления 98
Правильное движение 167
Правильный галоп 151
Преграда водная 197, 203
Предметная прикуска 31
Преодоление водных преград 203
Препятствия 185-197
– «мёртвые» 282
– троеборные 196
Приветствие судей 277
Привязывание лошади 87
Признаки здоровья лошади 97
Принимание 174
Припухлости 96
Пристружи 55, 57, 78
Пробеги 20, 261
Проблемы на прогулке 210
Проблемы поведения лошади 198-199
Прованс 324
Проверка здоровья лошади 84
Проводка рысью 97
Прогиб спины 199
Прогулки – проблемы 210
Прогулочная езда (плежэ) 268, 292
Продергивание хвоста 266
Проколы 96
Промеры лошади 27
Промывание раны 97
Проход маршрута пешком 262, 280, 284
Прохождение через ворота 295
Прыжки 20, 62, 106. 186, 199
– в воду 284
– гимнастические 190
– обучение 188
– фазы 186
Прямолинейное движение 198
Пугающие объекты 280
Пугливая лошадь 203
Пульс 96
Путлище 55. 57. 210
Пэйнт см. Пинто

Р

Работа вдоль изгороди 304
Работа поводом 304
Работа с коровами 268
Работа со сталом 304
Рабочие ранчо 315
Равновесие (всадника) 110, 112
Равновесие лошади 242, 250
– развитие 102
Раджастхан 329
Разбор поводьев 130, 220
Разгорячённая лошадь 92
Разминка 198. 276. 280. 281, 285
Разрыв путлища 210
Разъезд левыми плечами 163, 165, 276
Рамка лошади 155, 156. 176
Ран (в рейнинге) 246
Раверс 177
Раны 96
– промывание 97
Распорядок дня 84
Расслабленная остановка 296
Рацион лошади 98
Редингот 50
Рейнинг 20. 105. 238. 245-257, 259, 261, 268, 296
– оценка выполнения схемы 296
– штрафные баллы 296
Ремонтёрский узел см. Узел безопасный
Рентух 92, 99
Родео 21
Ролл-бэк 246, 252, 296, 304
Ромал 220
Рысь 23, 38, 144, 146, 202, 234, 274, 298
– облегчённая 144, 146, 148, 155, 159, 235
– сложные разновидности 159
– учебная 144, 146, 155, 159

С

«Савар»329
Сайд-пасс 242
– через жердь 294
Сайд-пулл 77
Сбор 166, 176, 274, 277
Светоотражающие элементы 209
Сгибание лошади 137, 169, 178, 198, 240
Седло 44, 54, 125, 128
– для вестерна 45, 74
– – надевание 78
– – снимание 79
– для выездки 56. 57
– для конкура 56

– для пробегов (вестерн) 75
– для троеборья 56
– для шоу (вестерн) 75
– надевание 66
– прогулочное (вестерн) 75
– русское 330
– снимание 67
– универсальное 54
Седловка 66, 78
Сель французский 324
Серпантин 170
Сетка для сена 99, 285
Сигналы на дороге 208
Система (в конкуре) 278
Скачки 20
– между бочками 302
– между жердями 303
– палио 326
Скованность мышц 285
Скользящая остановка 250, 252, 296, 304
Скоростные состязания 268
Скребницы 88
Скребок для пота 89, 265, 285
Скука (лошади) 182
Слайдинг стоп см. Скользящая остановка
«Смена» 165
Снаряжение 16, 44, 309
– английское 44, 47-69
– для вестерна 44, 71-81
– монгольское 330
– чистка 93
Содержание лошади в конюшне 84
Соревнования 125, 259-305
– в стиле вестерн 291
– в английском стиле 273-289
Социальность лошади 30
Спешивание 138, 230
Спин 246 см. также Вращение
Спонсорские пробеги 311
Спуск 202
Средства управления 132, 222
– естественные 214
Стандартбредная порода 39
Старк И. 267
Стати 26
Стереотипные движения 31
Стили верховой езды 22, 104
– английский 22
– вестерн 23
– происхождение22
Страна Навахо 317
Стрелка копыта 27, 90, 91
Стремена 17, 49, 55, 57, 66, 157, 230
– длина 222
– – для прыжков 188, 194
– подгонка129
– подтягивание 139
Стрижка 269
Судьи 276
– приветствие 277
Схема (соревнования) 294, 298
– выездки 262, 274
– рейнинга 246, 296
Счастливая лошадь 31
США 317

Т

Тарпан 18
Таупо 331
Тейт Б. 104
Тёльт 38, 39, 321
Температура (измерение) 96
Термины тренировочные 165
Ткачество 31
Тодд М. 110
Тоскана 326
Точка отталкивания 190
Траверс 177
Травмы всадника 211
Травмы лошадей 96, 210
Тракенепский земляной вал (тракенер) 283
Трек 289
Трекинг-центры 108
Тренеры 108, 165
Трензель 58, 76
– виды 60
Тренинг 33, 124, 158, 182, 246
Тренировка лошади 107
Троеборье 20, 21, 50, 62, 104, 195, 259, 261, 281, 282-287
Тройник 277
Трок для седла 285
Трудности (в походе) 316
Трэйл 242, 259, 268, 294
– элементы 294
Туризм конный 215
Тьерра-дель-Фуэго 320
Тэйт Б. 20
Тяжёловозы 18
Тяжёлый грунт 209

У

Уголки 197
Угощения 41
Удила 17, 41, 44, 45, 58
– как вложить 68, 80
– типы 60
Уздечка 17, 41, 44, 45, 58, 68, 76, 86
– вестерн 77
– надевание 80
– снимание 81
Узел безопасный 87
Узор на крупе 267
Укусы (лошади) 41
Управление лошадью 132, 168
Управляемость лошади 167
Упражнения в седле 116
Упражнения для всадника 118
Упражнения с жердями 162
Упряжь 17
Упрямая лошадь 64
Уроки см. занятия
Условия для лошади 85
Условия содержания 31
Уступка шенкелю 174, 199, 240
Уход (за лошадью) 268
– за копытами 90
– за шерстью 269
– после езды 92
Уши (лошади) 34
Ушибы 96
Ушная петля (вестерн) 76

Ф

Фазанья кормушка 283
Фалабелла 19
Фаннелл П. 262
Федерации конного спорта национальные 261
ФЕИ см. Международная федерация конного спорта 246
Фигуры манежные 169
Филипп, принц 21
Флемен 35
Фокс-Питт У. 113
Франция 324
Функциональная ассиметрия 198

Х, Ц

Хакамор 59
– в вестерне 77
Ханна М. 158
Хердель 283

Хиракотерий 16
Хлыст 41, 132
Хромота 97, 210
Центр тяжести 130
Цинча 45

Ч
Чапсы 73, 292
«Через повод» 166
Чехол для хвоста 268
Чистка 41
– копыт 91
– лошади 88
– снаряжения 93
Чтение схемы 276
«Чувство коровы» 23, 304
«Чувство лошади» 102, 133
Чумбур 41, 64, 165
– безопасность 86
Чухонец 277

Ш, Щ
Шаг 38, 134, 142, 158, 202, 224, 274, 293, 298
– сложные разновидности 158
Шаудт М. 174
Шенкель 17, 35, 110, 132-133, 134, 136, 143, 144, 148, 150, 154, 168, 169, 172, 174, 179, 188, 198, 202, 214, 223, 224, 228, 229, 234, 236, 240, 242, 248, 256, 287, 295
Школы верховой езды 108
Шлем 44, 50, 52, 53, 72, 208
Шлюсс 234, 250
Шоу 259, 288
Шпоры 51, 132
Штрафные баллы 294, 296, 299
– в конкуре 278, 281
Щётки 88

Э
Экзема 265
Экстерьер 26
Элементы трэйла 294
Эмоции лошади 36
Эогиппус 16
Этикет 208

Ю, Я
ЮАР 328
Юта 317
«Язык» лошади 36

Благодарности
Издательство «Dorling Kindersley» выражает благодарность всем, кто помогал при подготовке этой книги:

Katie, Lucy, and Jane Driver; Matthew Wilkes; Mr and Mrs John Burbidge and team at Parkwood Stables, Somerset; Stockland Lovell Manor Equestrian Centre, Somerset; Coach House Saddlery, Stockland Lovell; all staff and students
at Hartpury College Equestrian Centre, Gloucestershire; Jane and Chris Reece; Hannah Payne; Mr and Mrs Philip Ellicott, Trapnells House Stables; Martyn England, Priors Cottage Stables; The Quantock Riding Club; Quantock Saddlery; Deborah Cook; Bob and Chrissie Mayhew at Dumpford Manor Farm, Hampshire; Carley Yeates; Micheal Langford; Tim and Lou Petty at Petty Quarter Horses, Florida, USA; Rachel Gregg;
all at Classic Farms, Kentucky, USA; Mark Rafacz; Cindy Garden; Wendy Sasser; Carol Derry:
Bennie Sargent; Jason Stefanic; Amy Elizabeth Kash; and Dale Rudin.

Издатель также благодарит Christine Bernstein за составление указателя и Nicky Munro, Lettie Luff и Jackey Lennard за редакционную помощь.

Издатель выражает благодарность всем фотографам за из любезное разрешение опубликовать свои фотографии:

ОБОЗНАЧЕНИЯ:
b - внизу, c - в центре, l -слева, r - справа, t -вверху

1, 2-3, 5, 6-7, 8-9, 10-11, 12tl, 12-13b: Kit Houghton; 14-15: © Araldo de Luca/ CORBIS; 16cr: Harry Taylor © Dorling Kindersley, Courtesy of the Natural History Museum, London; 17tr: Alan Hills and Barbara Winter © The British Museum; 17br: Alan Hills © The British Museum; 18tl: Colin Keates © Dorling Kindersley, Courtesy of the Natural History Museum, London; 18-19b: Jerry Young; 19cr: Geoff Dann © Dorling Kindersley, Courtesy of the Wallace Collection, London; 20cl: The Art Archive/ Eileen Tweedy; 20bl, 20bc, 20br: Kit Houghton; 21: Heritage Image Partnership © The British Library; 22b: Charge of the Light Brigade, Balaclava, 25 October in 1854, Woodville, Richard Caton II (1856–1927) (after)/ Private Collection/ Bridgeman Art Library; 22t: © Jerry Cooke/ CORBIS; 23, 24-25, 26, 28c, 28b, 29tr, 30b, 31t, 32b: Kit Houghton; 33tr: Coco; 35c, 37, 42-43, 84tr, 95c, 95cr, 95bl, 104bl, 105, 107tr, 108, 109r: Kit Houghton; 110: Bob Langrish; 113tr: Kit Houghton; 120, 121b: © Michael St. Maur Sheil/ CORBIS; 158br, 174b, 181tl, 184: Kit Houghton; 192-193: © Mike Finn-Kelcey/Reuters/Corbis; 203tr, 206-207, 209bl, 211tr: Kit Houghton; 214-215: © David Stoecklein/CORBIS; 245tr: Bob Langrish; 258-259, 266tr, 267tr, 273t, 278-279b: Kit Houghton; 287br: Bob Langrish; 289cr, 289b: Kit Houghton; 290-291, 291cr, 291br: Bob Langrish; 296c, 296b, 297: Sharon P. Fibelkorn; 298cr: Bob Langrish; 299: Sharon P. Fibelkorn; 302, 303c, 303br: Bob Langrish; 304-305b: © CLiX/ Shawn Hamilton; 306-307: © Bill Ross/ CORBIS; 308t, 308-309b: Kit Houghton; 310, 311, 312b: Bob Langrish; 313: Kit Houghton; 314: © Macduff Everton/ CORBIS; 315: Kit Houghton; 316: © Phil Schermeister/CORBIS; 317b: © Stocknet/ CORBIS; 317cr: © David Muench/CORBIS; 318h, 318c: © Wolfgang Kaehler/CORBIS; 319b: © Kevin Schafer/CORBIS; 319tr: © Danny Lehman/ CORBIS; 320t, 320b: Kit Houghton; 321b: © Jay Dickman/CORBIS; 321c: © Layne Kennedy/ CORBIS; 322: © Dave Bartruff/CORBIS; 323t: © Andrew Brown; Ecoscene/CORBIS; 323b: Kit Houghton; 324b: © Gavriel Jecan/CORBIS; 324c: © Nik Wheeler/CORBIS; 325r: © Carl & Ann Purcell/CORBIS ; 325b: © /CORBIS; 326tr: © Owen Franken/ CORBIS; 326b: © Sergio Pitamitz/CORBIS; 327: © Anthony Bannister;Gallo Images/ CORBIS; 328l: © Peter Johnson/CORBIS; 328r: Franco Barbagallo; 329bl, 329r: Kit Houghton; 330: © Hamid Sardar/ Corbis; 331c, 331bl: © Robert Holmes/ CORBIS; 338: Kit Houghton.

All other images © Dorling Kindersley.
For further information see: **www.dkimages.com**



ПОЛНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

Верховая езда



Снаряжение
Подберите наиболее подходящее снаряжение для лошади и для себя.



Полная иллюстрированная энциклопедия
Всесторонние советы экспертов помогут вам наслаждаться всеми видами верховой езды.







Станьте лучшим всадником
Улучшите навыки езды, освойте полевую езду, выездку и научитесь ладить с разными лошадьми.

Откройте новые маршруты
Найдите новые маршруты для прогулок и путешествий верхом.

ISBN 978-5-17-044046-7

ТЕХНИКА ЕЗДЫ • СОРЕВНОВАНИЯ
СНАРЯЖЕНИЕ • УХОД • КОННЫЕ ПРОГУЛКИ